

DOCUMENT RESUME

ED 219 961

FL 013 156

**TITLE** Young Adults in America. A Booklet for [Cambodian] Refugees in Their Late Teens.  
**INSTITUTION** Center for Applied Linguistics, Washington, D.C. Language and Orientation Resource Center.  
**PUB DATE** 81  
**NOTE** 44p.; For related documents, see FL 013 154-158.  
**LANGUAGE** English; Khmer  
**EDRS PRICE** MF01/PC02 Plus Postage.  
**DESCRIPTORS** \*Adjustment (to Environment); Adolescents; \*Bilingual Instructional Materials; \*Cambodians; Career Planning; \*Cross Cultural Training; Drinking; Drug Use; Educational Opportunities; Family Relationship; Friendship; Housing; Laws; Money Management; \*Refugees; Stress Variables; \*Young Adults

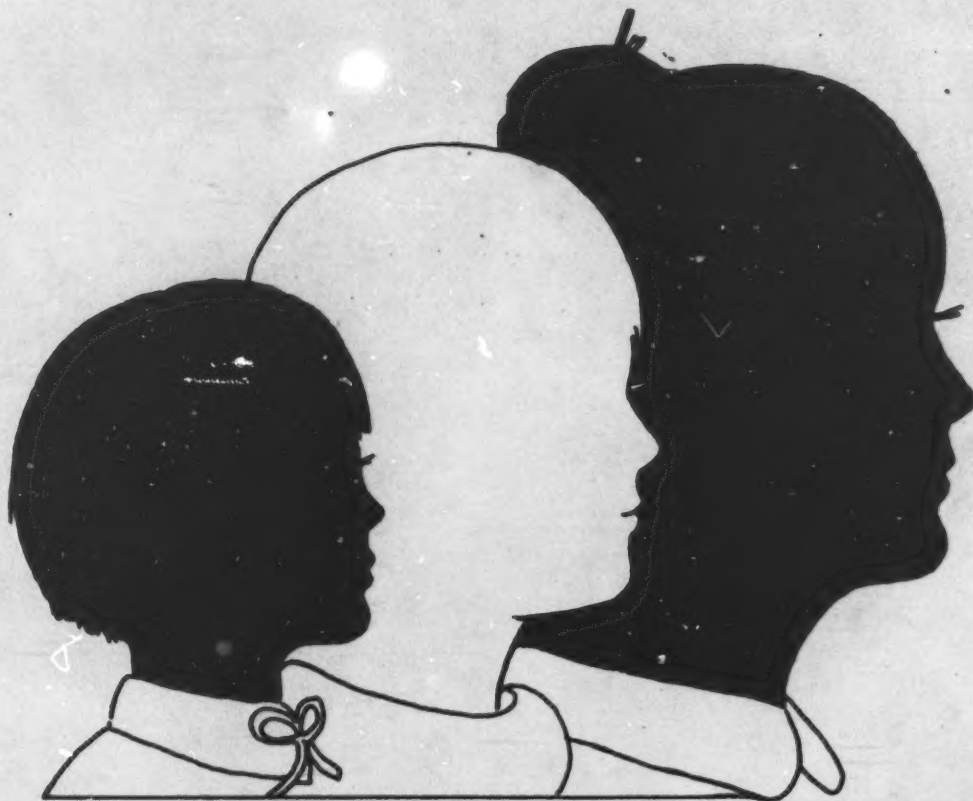
**ABSTRACT**

Young persons in their late teens have problems and concerns that are different from those of persons who are younger or older. This booklet recognizes this fact and discusses some aspects of American life that might be of particular interest to young people of Khmer origin. It gives information that will be helpful in making knowledgeable decisions in the context of U.S. society and culture. The information is arranged according to the following topics: (1) laws that affect young persons; (2) various categories of relationships; (3) different possibilities of living arrangements; (4) money; (5) educational opportunities; (6) careers and jobs; (7) alcohol and drugs; (8) coping with stress; and (9) information on where to get personal help and various written materials. The guide is printed in both English and Khmer to facilitate use by Americans and Khmer young adults who may be working together. (AMH)

\*\*\*\*\*  
\* Reproductions supplied by EDRS are the best that can be made \*  
\* from the original document. \*  
\*\*\*\*\*

ED219961

# ការណែនាំដល់យុវជនខ្មែរ នៅ សហរដ្ឋ



FL013/56

## Young Adults in America

A Booklet for Refugees in their Late Teens

U.S. DEPARTMENT OF EDUCATION  
NATIONAL INSTITUTE OF EDUCATION  
EDUCATIONAL RESOURCES INFORMATION  
CENTER (ERIC)

- ☒ This document has been reproduced as received from the person or organization originating it.
- ☐ Minor changes have been made to improve reproduction quality.

• Points of view or opinions stated in this document do not necessarily represent official NIE position or policy.

"PERMISSION TO REPRODUCE THIS  
MATERIAL HAS BEEN GRANTED BY

CAL

TO THE EDUCATIONAL RESOURCES  
INFORMATION CENTER (ERIC)."

បញ្ជីអត្ថបទ

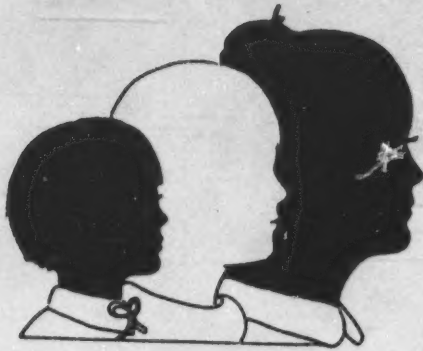
|                             |    |
|-----------------------------|----|
| លេខក្តីដើម                  | 1  |
| ច្បាប់ដែលមានផ្ទៃពេលស្មើគ្នា | 5  |
| ទំនាក់ទំនង                  | 9  |
| ការរៀបចំការសរសេរ            | 17 |
| លុយកាក់                     | 21 |
| ការសិក្សា                   | 23 |
| អាជីពនិងការងារ              | 27 |
| គ្រឿងស្រវឹងនិងគ្រឿងញៀន      | 31 |
| បន្ទុកការតាតតឹង             | 35 |
| ទឹកខ្លាំងដែលរកគេអោយជួយ      | 39 |

លេខក្តីតំណាង លេខក្តីរដ្ឋបាលនេះមានបោះពុម្ពជាភាសាអង់គ្លេស និងភាសាខ្មែរ ដើម្បីនឹងធ្វើអោយអាមេរិកាំង និងយុវជនខ្មែរមានការងាយស្រួលក្នុងការប្រស្រ័យគ្នា ។ លេខក្តីរដ្ឋបាលនេះមានបោះពុម្ពជាភាសាខ្មែរព្រមទាំងការប្រែសម្រួលពីភាសាអង់គ្លេស មិនមែនបកប្រែដោយត្រង់ ពុំទាន់ទេ ហើយផ្នែកនេះអាចខុសគ្នា ។ ដោយហេតុនេះ មិនគួរប្រើលេខក្តីរដ្ឋបាលនេះ ជាជំនួយសម្រាប់ការសិក្សាភាសាអង់គ្លេសឡើយ ។

## Table of Contents

|                           |    |
|---------------------------|----|
| INTRODUCTION.....         | 2  |
| Laws That Affect You..... | 6  |
| Relationships.....        | 10 |
| Living Arrangements.....  | 18 |
| Money.....                | 22 |
| Education.....            | 24 |
| Careers and Jobs.....     | 28 |
| Alcohol and Drugs.....    | 32 |
| Coping with Stress.....   | 26 |
| Where to Get Help.....    | 40 |

NOTE: This guide is printed in both English and Cambodian to facilitate use by Americans and young Cambodian adults who may be working together. The Cambodian version is an adaptation of the English, not a direct translation, and the text of some sections may differ slightly. For this reason, the booklet should not be used as an aid in teaching or learning English.



# សេចក្តីផ្តើម

តើអ្នកគ្រាន់អ្នកអាជ្ញាភ័ក្ត្រអ្នកឬទេ ?

យុវនារីរៀនសូត្រអាយុ ១២ឆ្នាំ សូត្រអ្នកអាណាព្យា  
ពាល ដែលហៅក្លាយជាមិត្តយល់ច្បាស់អំពីសន្ទនា : ។ យុវនារី  
នោះពន្យល់តទៅទៀត " ខ្ញុំអាចនិយាយទៅរកអ្នកអ  
ពីរបស់អ្វីមួយអ្នកយល់ ។ ខ្ញុំនិយាយទៅរកម្តាយខ្ញុំអំពីអ្នកឯ  
ទៀត គាត់យល់ ។ មិត្តខ្ញុំយល់គ្រប់ទាំងអស់អំពីខ្ញុំ ។  
ប៉ុន្តែគ្មានអ្នកអាជ្ញាភ័ក្ត្រយល់ខ្ញុំទាំងអស់ឡើយ ពីព្រោះអ្នក  
រាល់គ្នាដែលខ្ញុំស្គាល់ ខុសពីខ្ញុំតាមប្រការខ្លះ ។ ប្រសិន  
បើខ្ញុំនៅស្រុកខ្មែរ ប្រចាំថ្ងៃ...

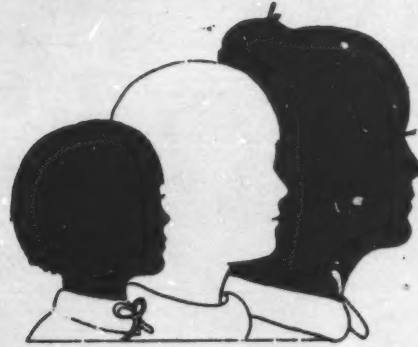
ជនជាតិអាមេរិកាំងបានចាត់ទុកយុវជនអាយុ ១២  
រហូតអាយុ២០ឆ្នាំ ជាអាយុមួយពីម្នាក់បំផុតក្នុងជីវិត ។ នេះ  
ជារយៈពេលដែលយុវជនក្រោយ ដែលទីប្រឹក្សាហៅថា  
" ភាពជំទង់ " ។ គេបាននិពន្ធ ឬ សរសេរជាច្រើនអំពី  
បញ្ហាដែលយុវជនក្នុងវ័យនេះបានជួបប្រទះ ។

នេះជាពេលដែលយុវជនអាមេរិកាំងប្រែ  
ប្រួល ។ គេឈប់នៅជាក្មេងទៀតហើយ គេស្រែងមើល  
ទៅរកពីការទទួលខុសត្រូវថ្មីៗ និង មានចរិយាជាមនុស្ស  
ជំ ។ ប៉ុន្តែមិនមែនដូចមនុស្សជំទឿយ សេរីភាព  
ខាន់ៗត្រូវកើត ដូចជាសិទ្ធិចុះហត្ថលេខាលើកិច្ចសន្យា  
ឬ ការរស់នៅចិត្តពីទីកន្លែងដែលរស់នៅ ។ ស្រ្តីនារ  
និងប្រាជ្ញៈនៅក្នុងប្រទេសនេះអាចហាមប្រាមមិនឱ្យ  
យុវជនរស់នៅចិត្តខ្លួនឯងច្រើនយ៉ាងឡើយ ។ មិនមែនកើត  
តែទៅលើយុវជនពេញវ័យ ឬ ក្មេងទេ យុវជនតែងមាន  
ការយល់ច្រឡំយ៉ាងងាយពីអ្វីៗដែលគេត្រូវធ្វើ និង ពីខ្លួន  
គេផ្ទាល់តែម្តង ។

ការប្រែប្រួលដ៏ធំពីម្នាក់មួយទៀត នៅពេលដែល  
យុវជនបានទៅកាន់ភាពមនុស្សពេញវ័យគឺ សេចក្តីត្រូវ  
ការធ្វើការរស់នៅចិត្តជាច្រើន ដែលអាចមានផ្ទុក  
ទៅលើការរស់នៅរបស់គេអស់មួយជីវិត ។ តើគេ  
ត្រូវរៀនបន្តទៅទៀត ឬ ធ្វើការ ? តើគេត្រូវ  
រស់នៅជាមួយស្រ្តីនារ ឬ ជាមួយមិត្តភក្តិ ?  
ឬគេត្រូវមានគូស្រករ ? យុវជនជាច្រើនចាប់អា  
រម្មណ៍ពីការទទួលខុសត្រូវដោយខ្លួនឯងក្នុងការធ្វើការរស់  
នៅចិត្តទាំងនេះ ។ ការចាប់ផ្តើមធ្វើការរស់នៅចិត្ត  
របៀបនេះ ជាភារកិច្ចដ៏ធំតែង ហើយត្រូវការគិត  
និង ពិចារណាច្រើន ។

ទីបំផុត អ្នកទៅជាមនុស្សដែលកាន់តែមានសេរី  
ភាព គឺជាទម្លាប់អាមេរិកាំងអោយតម្លៃខ្លាំងក្លាក្រែកស្រងាប់  
អ្នកនិងមានលទ្ធភាពយ៉ាងទូលំទូលាយក្នុងការច្រើនសេរីសយក  
ប៉ុន្តែត្រូវចេះរៀបចំទុកដាក់ទទួលខុសត្រូវ និងការរស់  
នៅចិត្តដោយខ្លួនឯង ។

## Introduction



*"Do you know anyone who is like you?" the 16-year-old refugee asked her sponsor, who did not understand the question. The refugee explained, "I can talk to you about some things, and you understand; I talk to my mother about others and she understands; my friends understand different parts of me. But nobody understands the whole me because everybody is different from me in some way. Maybe if I were still in Cambodia..."*

The late teens—16 through 20 years old—are considered by Americans to be a very difficult time of life. This is the latter part of the period that counselors call "adolescence," and a great deal has been written about the troubles experienced by people this age.

This is a time of change for a young adult. You are no longer a child, for you are expected to accept new responsibilities and be mature in behavior. Unlike an adult, however, some of your basic freedoms are limited, such as the right to sign a contract or decide where to live if you are under 18. Your family and some of the laws in this country can prevent you from making many of your own decisions. Neither an adult nor a child, you may easily be confused about what is expected of you—or even what to expect of yourself.

Another difficult change as you grow older is the need to make many decisions

which may affect the rest of your life. Do you want to go to college or work? Should you live at home with your family or in an apartment with friends? Should you get married? Many young people feel a responsibility to make such decisions for themselves; in fact, many welcome this responsibility. Still, starting to make decisions is a serious task that warrants much thought and consideration.

Finally, you are becoming more independent, a trait Americans deeply value. You will have greater opportunity to make your own choices but will also be expected to take care of yourself.

Adolescence, then, is a demanding time of life in which one grows from a child into an adult. This transition requires a great deal of strength and flexibility.

The adjustment of adolescence is even more difficult for a young person in a new country. The change from being a child to



an adult is demanding enough; to change from being a child in Cambodia to an adult in America creates additional problems. You know what is expected of adults in your own country. Are you as certain what will be expected of you in the United States or what you want in your own life?

Many young refugees express frustration in not knowing, "Am I Cambodian or am I American?" The traditions you brought with you from your home country are probably still very important to you, but living in America may have influenced many other beliefs and values. You may, in fact, be both American and Cambodian, adopting aspects of each culture. While this can be confusing, you may ultimately be able to mold the strengths of both nations into your own personal strengths. But this is not an easy process, and it adds to the uncertainty that can be such a painful part of adolescence.

#### **The Purpose of This Booklet**

You may be familiar with the book, *Your New Life in The United States*, which was written to help newly-arrived refugees better understand Americans and this country. Much of that book will be useful to you. Recognizing, however, that you as a young person may have some problems that differ from those of adults or young children, the authors of *Your New Life in The United States* have written this booklet to discuss some aspects of American life that may be of particular interest to you.

This booklet is not going to tell you what to do with your education, personal life or anything else. These are decisions for you and your family to make. We hope, instead, to give you more information so that you might be able to make more knowledgeable decisions. This will be done by giving you an American point of view of various aspects of life in this country. This perspective is no better or worse than that you experienced in your own country. It is *different*, however, and understanding some of these differences—whether you agree with them or not—may help you better understand your own values so you can make your own decisions more easily in addition to explaining how Americans are likely to react to those decisions.

The word *decisions* has already appeared many times in this booklet. That is because adolescence is a time when you begin to make important decisions about your life. We hope that the information in this booklet will help you make wiser decisions that will enable you to have a more successful future.

Finally, this booklet will give you some information regarding how to get personal help and various written materials. Much of the information has to be general because we are writing for people all over the United States, but we can help you determine how to find assistance in your own community.



ចក្ខុវិស័យ ប៉ុន្តែ ដល់មា ន ឥទ្ធិពល លើយុវជន

ចំនួនជិត១០០ឆ្នាំ ច្បាប់គ្រប់ប្រទេសទាំងនៃរដ្ឋាភិបាលនៅក្នុងសហរដ្ឋ បានត្រូវបានតាក់តែងឡើងដើម្បីការពារ និង បម្រុងកូនក្មេង និង យុវជន ។ ជំនឿនៃក្នុងច្បាប់ ភាគច្រើនគឺរដ្ឋាភិបាលមានសិទ្ធិធ្វើអន្តរាគមន៍ក្នុងរឿងរ៉ាវគ្រួសារ បើសិនជាមានប្រយោជន៍ដល់កូនក្មេង ឬ បើសិនជាឪពុកម្តាយដែលមានសមត្ថភាព ឬ មិនចង់ថែរក្សាកូន ។ ការនេះពឹងផ្អែកទៅលើការសន្និដ្ឋានថា ក្មេងមិនអាចថែទាំដោយខ្លួនឯងបាន ពេញដូច្នេះហើយបានជាត្រូវការអ្នកគាំទ្រដើម្បីការពារក្មេង ។ និទាធានី រដ្ឋនីមួយៗមានច្បាប់មិនអោយរំលោភធ្វើបាបក្មេងដោយធ្វើទោសដល់ឪពុកម្តាយណាដែលធ្វើទុក្ខធ្វើទោសដល់កូនរបស់ខ្លួន ។ ក្មេងដែលឪពុកម្តាយធ្វើទុក្ខធ្វើទោស អាចយកចេញពីគ្រួសារ ហើយយកទៅនៅកន្លែងមួយផ្សេងទៀត បើសិនជាមានពេលវេលាគ្រប់គ្រាន់អោយដើរថា ក្មេងនោះនឹងត្រូវវាងធ្វើបាប ឬ ទទួលទុក្ខធ្វើទោស បើសិនជាទុកនៅជាមួយគ្រួសារ ។

ច្បាប់ការពារក្មេងខ្លះ មានបញ្ចូលទាំងសិទ្ធិ  
ទទួលការសិក្សាដោយឥតបង្គោលរយៈពេល ១២ឆ្នាំ ។  
មានការបោះពុម្ពចម្លងមុនរបបខ្លះ ដែលមិនអោយជួយ  
ជន តឹងត្រូវដឹងមានការបោះពុម្ពការពារក្មេង ។

ម្យ៉ាងទៀត ច្បាប់ខ្លះហាមមិនអោយយុវជនមាន  
 សិទ្ធិនិងសេរីភាពដូចមនុស្សឆ្លើយ ។ ជាការធម្មតា  
 ទេ យុវជនត្រូវគោរពច្បាប់ ដែលជាច្បាប់គ្រប់គ្រង  
 សើប្រជារាស្ត្រគ្រប់រូប ដូចជា ច្បាប់មិនឱ្យលួច បើ  
 លួចនិងគ្រឿងផ្សេងទៀត ។

មានច្បាប់ ៥ផ្នែកដែលចែងទៅលើការប្រ-  
ព្រឹត្តិរបស់រដ្ឋ ។

១ - ថ្នាំនេះ - តាមធម្មតា ច្បាប់តម្រូវអោយអ្នកដែល  
មានអាយុមិនទាន់ពេញច្បាប់ នៅក្នុងបន្ទុកអាណាព្យា  
ពាល គឺអ្នកមានអាយុតិចជាង៖ ១៨ ឆ្នាំ ត្រូវធ្វើតាមលំ  
ដូចពន្យល់តម្រូវតាមច្បាប់ និង សមពេលសមផលរបស់ឪពុក  
ម្តាយរបស់ខ្លួន ។ បានន័យថា ច្បាប់របស់អាមេរិកាំង  
សង្ឃឹមថា យុវជននិងគោរព ធ្វើតាមឪពុកម្តាយរបស់ខ្លួន ។  
វាបានន័យទៀតថា បើសិនជាយុវជនរត់ចេញពីផ្ទះ

“ ចាកចោលគ្រួសារដោយគ្មានច្បាប់អនុញ្ញាត ” ឬ  
មិនព្រមធ្វើតាមនីតិកម្ម ( ដែលហៅថា ក្មេងមិនអាច  
គ្រប់គ្រងបាន ) រដ្ឋាភិបាលអាចធ្វើអន្តរាគមន៍ តើយប់-  
លិល ឬ ក្រុមការងារយុវជនតាងចូលធ្វើការដោះស្រាយ ។

តំបន់ខ្លះទៀតមានបរាមណាចរ កំរិតម៉ោង  
មិនអោយធ្វើដំណើរនៅពេលយប់ សំរាប់យុវជន ។

បានន័យថា ពេលបង្អស់ជនមិនអាចនៅក្រៅផ្ទះ ក្រោយ  
ពេលម៉ោង៣ពេករិត បើសិនមានអ្វីពុកម្លាយនៅជាមួយ ។

២ - លុះ ឆ្នាំ ពុទ្ធ - រដ្ឋនិមួយៗបានកំរិតអាយុតិចបំផុត  
ពី ១៨ ទៅ ២១ឆ្នាំ ទើបអាចទទួលបានព្រះប្រសាទ  
បាន ។ យុវជនណាដែលក្មេងជាងនេះ មិនអាចទិញ  
ឬ ជីកបានឡើយ ។ រដ្ឋខ្លះកំរិតអាយុតិច ១៨ ទៅ  
២១ឆ្នាំ ទើបអាចដក់បាន ។ អ្នកណាម្នាក់មិនធ្វើតាម  
របៀបនេះមានចែងពីពិភព និងរបៀបធ្វើទោស  
ផ្សេងៗដោយស្មោះត្រង់ ។

៣ - របបជំនួញ - យុវជនតិចជាង ១៨ឆ្នាំ ត្រូវបានហាមមិន

## Laws that Affect You



For approximately 100 years, laws at all levels of government in the United States have been designed to both protect and govern children and young people. The belief behind many of these laws is that the government has a right to intervene in family matters if it is in the interest of the youth or if the parents are unable or unwilling to care for the child. This is based on the assumption that children cannot take care of themselves and therefore need an advocate to protect them. For example every state has child abuse laws which punish parents who severely harm their children. The children in such a home can even be taken from the family and given another place to live if there is sufficient reason to believe that they will be badly beaten or otherwise harmed if they remain with the family.

Other laws that protect children and youth include compulsory free education up to a given age (usually 16), restrictions on the kinds of jobs for which young people may be hired, and immunization requirements.

On the other hand, some laws restrict the rights of young people so that they do not have all the freedoms of adults. (Of course, young people must obey the laws that pertain to all people—laws against theft, for example—and can be punished for breaking these laws.)

There are four main areas in which laws specifically address the behavior of young people:

1. **Status.** A dependent minor, ordi-

narily someone under the age of 18, is required by law to "obey the lawful and reasonable requests of his parents." All this means is that American law expects young people to respect and obey their parents. It also means, however, that if a young person were to run away from home (leave his or her family without their permission) or refuse to obey his or her parents (called being ungovernable), the government could intervene and police and Juvenile Court officials would become involved. (The Juvenile Court is a special court designed for young people.)

Many areas also have curfews for young people. This means they cannot stay out at night after a certain time unless with their parents.

2. **Alcohol and Tobacco.** Every state has a minimum drinking age, ranging from 18 to 21 years old. Someone younger than this age may not legally buy, possess or consume alcoholic beverages. Some states have similar age limits for the use of tobacco. Anyone who disobeys this law could be fined or in some way punished by the Juvenile Court.

3. **Business.** People under the age of 18 are restricted in the jobs they may accept and the hours they may work. They also may not sign a legal contract unless an adult also signs for them. These regulations are designed primarily to protect young people who may be more easily cheated by unfair business practices or put in an unsafe working situation.

4. **Marriage.** There are many laws

អោយធ្វើការណាដែលគេអាចទទួលបាន និង ម៉ោងដែល  
គេអាចធ្វើការបាន ។ យុវជននេះមិនអាចចុះត្រួត  
លេខាលើកិច្ចសន្យាបានឡើយ ។ លុះត្រាតែមាន  
មនុស្សចាស់ចុះត្រួតលេខាអោយ ។ ការហាមព្រម  
ទាំងនេះគឺ ធ្វើឡើងជាបឋម ដើម្បីការពារយុវជន  
ដែលអាចអោយអ្នកជំនួញមិនឈ្នួ បន្តិចបន្តួចយ៉ាងងាយ ឬយក  
ទៅធ្វើការដែលអាចនាំអោយមានគ្រោះថ្នាក់ ។  
៥ - អាពាហ៍ពិពាហ៍ : មានច្បាប់ជាច្រើន ដែល  
ដាច់ទាក់ទងនឹងសិទ្ធិរបស់យុវជន ក្នុងរឿងអាពាហ៍ពិ  
ពាហ៍ ។ រដ្ឋនិមួយៗមានកំរិតអាយុតិចបំផុត ១៨ឆ្នាំ  
ដែលអាចរៀបការបាន ដោយគ្មានលេចក្តីអនុញ្ញាតិ  
ពីឪពុកម្តាយ ។ បើយុវជនអាយុតិចជាង ១៨ឆ្នាំ រត់  
ចេញពីផ្ទះទៅរៀបការ រដ្ឋាភិបាលអាចរំលាយអា  
ពាហ៍ពិពាហ៍ ហើយបង្ខំអោយយុវជនទាំងនោះ ត្រឡប់  
ទៅផ្ទះឪពុកម្តាយវិញ ។ ជាពិសេស តាមការពិត  
នៅកាលៈទេសៈគេអាចចោទទាងប្រុសថាចាប់ពង្រត់

ចំពោះគូដែលនាំគ្នាទៅរដ្ឋនិមួយៗទៀត ។  
តើសិទ្ធិអ្វីខ្លះ ដែលយុវជននៅសហរដ្ឋមាន ?  
យុវជនទាំងនេះបានទទួលកិច្ចការពារតាមផ្លូវច្បាប់ជា  
ច្រើនប្រការដូចអ្នកដទៃដែរ ។ ឧទាហរណ៍ បើសិន  
ជាគេចាប់បានអ្នកប្រព្រឹត្តអំពើឧក្រិដ្ឋ យុវជនមានសិទ្ធិនិង  
ទទួលការវិនិច្ឆ័យដោយត្រឹមត្រូវ ហើយនិងមានមេធាវី  
ជាដំណាង ។ យុវជនទាំងនេះមានសិទ្ធិខ្លះទៀត  
ដោយពឹងផ្អែកទៅតាមអាយុ ហើយភាគច្រើននៃសិទ្ធិ  
ទាំងនេះមានសារៈសំខាន់ លុះត្រាតែពួកម្តាយមិនអាច  
ថែរក្សាកូនបាន ។ សិទ្ធិទាំងនេះ ធានាអោយមាន  
អ្នកណាម្នាក់ថែរក្សាក្មេង បើសិនជាឪពុកម្តាយមិនអាច ។  
បើសិនជាលោកអ្នកចង់ដឹងទូលំទូលាយពីសិទ្ធិនិងការទទួលខុស  
ត្រូវតាមផ្លូវច្បាប់ ឬ ចង់ដឹងពីច្បាប់ក្នុងទឹកដីនៃអ្នករស់  
នៅ " ដូចជាអាយុដែលអាចដឹកគ្រឿងស្រវឹងបាន "  
ចូរទូរស័ព្ទសួរការិយាល័យប្រឹក្សា ឬ តុលាការយុវជន ។  
លេខទូរស័ព្ទមាននៅក្នុងសៀវភៅទូរស័ព្ទ ។

that affect a young person's right to get married. Each state has a minimum age, often 18, for people to marry without their parents' permission. If the young people "run away" and marry below this age, the government can dissolve the marriage and force each person to return home. In fact, in some circumstances the man could be charged with kidnapping, particularly if the couple went to another state.

What rights do young people have in the United States? In most respects, they have the same legal protection as anyone else. For example, if arrested for a

crime, the young person would be entitled to a fair trial and representation by a lawyer. They also have some rights that are based on their age, most of which are important only if for some reason the parents are not able to take care of them. These rights insure that someone will take care of them if the family cannot.

If you want further information about your legal rights and responsibilities or would like to find out about laws in your community (such as the drinking age), call either the police department or the Juvenile Court; both numbers are in your phone book.



# គ្រួសារ និង មិត្ត : ទំនាក់ទំនង

ប្រជាជនទូទៅ មានការស្វែងរកការងារក្នុងរយៈ  
 ទំនាក់ទំនងរបស់យើង ។ នៅរយៈពេលយុវភាព  
 ប្រភេទទំនាក់ទំនងដែលដល់ជាតិអាមេរិកាំងមានគឺ  
 គ្រួសារ - មិត្ត និង អ្នកដែលមានរចនាសម្ព័ន្ធធ្វើអោយ  
 មានការផ្លាស់ប្តូរយ៉ាងខ្លាំងក្លាប្រព័ន្ធភាពរហូតដល់ពេល  
 គេទៅជាមនុស្សធំ ។ ដូច្នេះ ទំនាក់ទំនងមិនមែន  
 មិនសំខាន់ទេ ។ ប៉ុន្តែវាអាចពិបាកយល់អំពីការផ្លាស់  
 ប្តូរហើយធ្វើអោយមនុស្សមិនស្ងប់ដឹងពីតម្រូវការដ៏អស្ចារ្យ  
 ចុះផ្តល់ជាមួយមិត្តនិងគ្រួសារ ។ ឧទាហរណ៍ មិត្តដ៏ល្អនិង  
 គ្នាពាក់ព័ន្ធនឹងមុនមក អាចមិនល្អនិងគ្នាទៀត  
 ទៀត ។

## គ្រួសារ :

ប្រព័ន្ធដាម្នាក់ម្នាក់នឹងរួមមកហើយ ពីជីវិត  
 ទៅគ្រួសារអាមេរិកាំង មានការខុសគ្នាយ៉ាងខ្លាំងពីគ្រួ  
 សារខ្មែរ ។ ការខុសគ្នានេះបានធ្វើអោយគ្រួសារ  
 អ្នកភៀសខ្លួនមានភាពតានតឹង ជាពិសេសនៅពេលដែល  
 សមាជិកគ្រួសារខ្លះបានជួបប្រទះទៅជាអាមេរិកាំង  
 នៅពេលដែលអ្នកខ្លះទៀតគំរាមកំហែងប្រព្រឹត្តិ ។  
 តែទោះបីជីវិតនៅស្រុកនេះខុសគ្នាពីស្រុកខ្មែរក៏ដោយ  
 គ្រួសារជាច្រើនបានជួបទៅតាមប្រកបដោយជោគ  
 ជ័យដោយនៅតែរក្សាទុកភាពជិតស្និទ្ធរវាងគ្នានិងគ្នា  
 ឬ ក៏រឹតតែជិតស្និទ្ធនិងគ្នាថែមទៀតផង ។

ការផ្លាស់ប្តូរមួយទៀតនៅក្នុងគ្រួសារ និងមាន  
 នៅពេលកូនច្បងរស់ ។ នៅគ្រប់ប្រទេសទាំងអស់  
 ទំនាក់ទំនងរវាងឪពុកម្តាយនិងកូនក្មេង ខុសគ្នានិងទំ-

នាក់ទំនងរវាងឪពុកម្តាយនិងក្មេងជំទង់ ។ ជាការស្តាប់  
 ណាង ដោយការសាកល្បងទុំជាដំណើរដែលត្រូវផ្លាស់  
 ប្តូរបន្តិចម្តងៗ ហើយធ្វើអោយងាយស្រួលដល់គ្រប់សមាជិក  
 ទៅគ្រួសារទាំងអស់ ។ ប៉ុន្តែចំពោះអ្នកភៀសខ្លួន  
 ជីវិតនៅក្នុងប្រទេសថ្មីបានធ្វើអោយផ្លាស់ប្តូរជាច្រើន  
 ដែលការស្វែងរកពេញវិធីរបស់ក្មេងហាក់ដូចជាឆាប់  
 រហ័ស ហើយនិងធ្វើអោយភ័យខ្លាចផង ។ ឧទាហរណ៍  
 ឪពុកម្តាយជាច្រើន មានការរង់ចាំហើយខ្វល់នៅពេល  
 ដែលកូនរបស់គេប្រសូតស្រីបញ្ចេញគន្លឹះចូលចិត្តធ្វើការ  
 ណាមួយជាមួយគូសង្ស័យ ។

យុវជននៅក្នុងសហរដ្ឋអាមេរិកជួបប្រទះការទទួលខុស  
 ត្រូវថ្មីក្នុងរង្វង់គ្រួសារ ។ ការទទួលខុសត្រូវទាំងនេះ  
 ប្រព័ន្ធដូចគ្នានិងនៅប្រទេសខ្មែរដែរ ។ ការទទួល  
 ខុសត្រូវខ្លះទៀតអាចថ្មីនិងផ្សេងគ្នា ។ ដូច្នេះ  
 ការស្វែងរកសមាជិកគ្រួសារត្រូវយល់អំពីអ្វីដែលគេត្រូវ  
 ការទៅវិញទៅមក ហើយនិងរបៀបជួយគ្នាអោយ  
 បានប្រសើរទៅវិញទៅមក ។ ពេលខ្លះរបៀប  
 ខ្មែរក្តី របៀបអាមេរិកាំងក្តី ក៏មិនជាទីពេញចិត្តចំ-  
 ពោះយុវជនដែរ ហើយគ្រួសារត្រូវតែរករបៀបខ្លួន  
 ឯង ដែលអាចគាំទ្រគ្នាទៅវិញទៅមក នៅពេលដែល  
 ដែលដំណើររស់របស់ជីវភាពអោយស្របទៅនឹងប្រទេសថ្មី  
 មានការពិបាក ។

មានទិដ្ឋភាពតាំងទីលំនៅជាច្រើន ដែលអាច  
 បង្កអោយគ្រួសារដាច់ដោចគ្នា ដែលជាទ្រង់ទ្រាយ  
 សោកមួយដោយខ្លួនទៅជាអ្នកភៀសខ្លួន ។ ក៏ប៉ុន្តែ

## Relationships



Throughout our lives, people are extremely important to us. During adolescence, however, the types of relationships Americans have—family, friends, and people of the opposite sex—change dramatically, reflecting changes in young people as they become adults. The relationships themselves are no less important, but the changes can be hard to understand and make people uncertain of how to get along with friends and family. For example, best friends from a few years ago may no longer have anything in common.

### Family

As you have probably already learned, American family life tends to be very different from what you were used to in Cambodia. This has resulted in a great deal of stress for many refugee families, particularly when some members of the family become "Americanized" while others try to preserve their own traditions. But even though life in this country is different, many families are able to successfully adapt to the changes they experience while retaining their closeness to each other—or perhaps even becoming closer.

Another change in families occurs as children grow up. In all countries relationships are different between parents and young children and parents and adolescents. Fortunately, because maturing is a gradual process the change is slow and reasonably comfortable for everyone in the family. For a refugee, however, life in a new country brings about so many changes that the maturing of the children may seem abrupt and threatening. For example, many

parents are frightened and concerned when their sons or daughters express an interest in dating.

Young refugees in the United States may be faced with new responsibilities within their families. Perhaps these are similar to those they would have expected in their own country; others may be new and strange. It then becomes important for the members of the family to understand what they need from each other and how to best help each other. Sometimes neither the Cambodian nor the American way is right for them and family members must find their own way to support each other in the difficult process of adjusting to life in a new country.

There are many aspects of resettlement that can force families apart, which is one of the great tragedies of being a refugee. However, the family members truly need each other at this time and many successful families have not only survived resettlement but have become a much stronger, closer family for having survived it together.

សមាជិកគ្រួសារ ព្រមទាំងជាស្រីការងារទៅវិញទៅមក នៅពេលនេះហើយមានគ្រួសារជាច្រើនបានទទួលជោគជ័យ ក្នុងការកាត់ទំលាក់នាំមាំមួនកាន់តែខ្លាំងឡើង និង ធ្វើអោយកាន់តែជិតស្និទ្ធខ្លាឡើង ដោយបានត្រួតដរនរណាមួយគ្នា ។

**មិត្ត :**

មិត្តមានសារៈសំខាន់មួយផ្នែកក្នុងជីវិត នៅពេលដែលអ្នកមានភាពជំងឺ អ្នកអាចចេះដឹងជាច្រើនពីខ្លួនឯង និង តម្លៃខ្លួនឯងដោយគិតអំពីមនុស្សដែលអ្នករើសយកមកធ្វើជាមិត្ត ។ តើមិត្តនោះចូលចិត្តសិក្សាឬទេ ? តើមិត្តនោះចូលចិត្តធ្វើអ្វី ? តើមិត្តអ្នកជាអាមេរិកាំងឬ ខ្មែរ ឬ មានទាំងខ្មែរទាំងអាមេរិកាំង ?

**ការណាត់ជួប :**

ទំនាក់ទំនងជាមួយនិងអ្នកមានរោគខុសគ្នា ' ស្រីនិងប្រុស ឬ ប្រុសនិងស្រី ' មានការខុសគ្នា យ៉ាងខ្លាំងពីនៅស្រុកខ្មែរ ដោយឧបាយគម្ភីរបស់ប្រទេសទាំងពីរខុសគ្នា ។ លូមឱ្យតែការណាត់ជួបរវាងអាមេរិកាំង ក៏ជាប្រភពនៃការទំនាស់ផងដែរ វាធ្វើអោយមានការភ័យប្រកបប្របស់ ដោយឡែកនេះជារឿងផ្ទាល់ខ្លួន និង ជារឿងផ្លូវចិត្តខ្លាំងពេក ។ បើសិនជាអ្នកមានការប្រកបប្របស់អំពីទំនាក់ទំនងជាមួយនិងរោគខុសគ្នានៅក្នុងស្រុកនេះ ចូរយល់ថាអាមេរិកាំងភាគច្រើនក៏មានការប្រកបប្របស់ដែរ ។ ការណាត់ជួបរវាងមនុស្សដទៃ ត្រូវបានទទួលយកតាម និង លើកទឹកចិត្តនៅក្នុងប្រទេសនេះ ។ ប៉ុន្តែ អំពើ ឬ សកម្មភាពដែលអ្នកទាំងពីរប្រព្រឹត្តនៅពេលជួបគ្នា ដូចជា ឡើងកម្លាយខ្លះអនុញ្ញាតអោយទៅទស្សនាភាពយន្តតែត្រឹមម៉ោង ៨ យប់ ឬ រាត្រីរកតែត្រឹមម៉ោង ១០ យប់ ។ល។ មានការយល់ព្រមខុសគ្នា ។

ដោយយោងទៅតាមការអោយតម្លៃរបស់ឪពុកម្តាយ យុវជនអាមេរិកាំងចាប់ផ្តើមធ្វើការណាត់ជួបខុសគ្នា ខ្លះចាប់ផ្តើមធ្វើការណាត់ជួបពីអាយុ ១២ ទៅ ១៤ ឆ្នាំ ។

នៅពេលមុនដំបូង ការណាត់ជួបធ្វើដោយមានមនុស្សចាស់ទៅជាមួយផង សំរាប់មើលសកម្មភាព ហើយឪពុកម្តាយត្រូវកំណត់ពេលម៉ោងអោយត្រឹមត្រូវ ឬ កូនស្រីមកដល់ផ្ទះនៅម៉ោងណាមួយ ។ ការណាត់ជួបជាប្រកប ក៏មានធ្វើជាទូទៅដែរ គួរប្រសូស្រីក្មេងពុំជាច្រើនទៅជួបទាំងអស់គ្នា ដូចជាបុរសនៅសាលា វាត្រឹមត្រូវមោសារ ឬ ដប់ឈ្មោះ និង មើលភាពយន្ត ។

ដល់យុវជនកាន់តែមានអាយុច្រើនឡើង ការណាត់ជួបអាចធ្វើដោយមិនព្រមមានមនុស្សដទៃទៅជាមួយឡើយ ការកំណត់ម៉ោងបានបន្ថយ ហើយសកម្មភាពចេះតែពង្រីក ដូចជាជួបគ្នាញាញុយ ទៅល្អាប់ការប្រគល់ឆ្នងទៅរាត្រីរក ។ ជាទូទៅ ឪពុកម្តាយសុខចិត្តយល់ព្រមអោយធ្វើការណាត់ជួបរបៀបនេះ នៅពេលដែលកូនប្រុស ឬ ស្រី មានអាយុច្រើនបន្តិចហើយ ហើយធ្លាប់ធ្វើការណាត់ជួបពីមុន ឬ មិនធ្លាប់ធ្វើ ។

ធម្មតា បើទំនាក់ទំនងមានការស្និទ្ធស្នាល ហើយយុវជនប្រុសស្រីចំណាស់បន្តិចផង វាមិនសូវមានគ្រោះថ្នាក់ឡើយ ។ ទំនាក់ទំនងពិសេសមួយនិងវិធីតែស្និទ្ធ



## Friends

Friends are a very important part of life during adolescence, and you can learn a lot about yourself and about your values by considering the people you have chosen as friends. Are they interested in school or in other things? Are they close to their families? What are their activities? Are your friends Americans, Cambodian or both?

## Dating

Relationships with members of the opposite sex are almost always extremely different from those in Cambodia because of the great cultural differences between the two countries. Even for Americans dating can be a source of great conflict, fear and confusion because it is so personal and emotional. If you feel confused about what is expected of relationships with members of the opposite sex in this country, try to understand that most Americans are equally confused. Dating between adolescents is generally accepted and even encouraged in this country, but beyond that there is little agreement regarding what should happen between the two people and even what activities an "acceptable date" might include.



Depending on the parents' values and the maturity of the individual youth, Americans usually start dating sometime in their early teens. At first, dates may be chaperoned, meaning that an adult is present to supervise the activity, and the parents establish a curfew, telling the son or daughter to be home by a specific time. Group dating is also common; several young couples go on a date together, typically to school functions, informal parties or dinners, or movies.

As the youth gets older, individual dating (without other couples or chaperones) is more common, the curfew is moved back and the range of activities is expanded to include more elaborate (and more expensive) activities such as "dinner dates," going to concerts, and formal dances. Adults generally do not approve of this kind of dating by their sons and daughters until they are somewhat older and have been dating for a few years.

It is generally safe to say that dating relationships become more intimate as you become older and more mature. A specific relationship also becomes more intimate as the two people know each other longer.

What does "intimacy" mean? While it is difficult to describe and is different for every person, intimacy includes closeness, feelings of deep concern for each other, enjoying each other, trusting each other, generally a very special feeling that they have together. Sometimes—not always—intimacy includes sexual activity.

You may have heard that Americans are more casual about sexual activity than people in your own country. This is probably true. For example, a young couple might have sexual relations even if they do not plan to get married. You may also have heard that all Americans (including people your own age) are very sexually active. This is most definitely not true. There is a wide range of sexual behavior among Americans of all ages, ranging from no activity at all to a great deal of activity with a large number of partners. It would be impossible to say what sexual activity is "typical" of Americans, just as it would be impossible to make a simi-

ស្ថាបនា ពេលដែលអ្នកទាំងពីរបានស្គាល់គ្នាហើយ ។

តើការស្និទ្ធស្នាលមានន័យយ៉ាងដូចម្តេច ។

ស្និទ្ធស្នាលមានន័យខុសគ្នាពីមនុស្សមួយទៅមនុស្សមួយ ការស្និទ្ធស្នាលមានភាពជិតស្និទ្ធ ចាប់អារម្មណ៍ជ្រាលជ្រៅទៅវិញទៅមក គាត់ចិត្តនិងគ្នាទៅវិញទៅមក ទុកចិត្តគ្នាជាទូទៅ មានអារម្មណ៍មួយយ៉ាងពិសេស ដែលអ្នកទាំងពីរមានទាំងអស់គ្នា ។ ដូចការមិនមែនទៀងទាត់មានត្រឹមឈ្មោះទេ វាមានរូបរាងដល់ទាក់ទងតាមផ្លូវកាយផង ។

អ្នកអាចបានឮនូវមកហើយ អំពីអារម្មណ៍កាំងមិនសូវមានកង្វល់ពីការទាក់ទងខាងផ្លូវកាយដូចជាជនជាតិខ្មែរយើង ។ នេះអាចជាការពិត ។ ឧទាហរណ៍ គូសង្សារអាចទាក់ទងខាងផ្លូវកាយ សូម្បីតែគេមិនមានគម្រោងរៀបការគ្នាដោយ ។ អ្នកប្រតិបត្តិការបានឮនូវមកហើយដែរថា អារម្មណ៍កាំងទាំងអស់ របស់អ្នកមានអាយុដូចអ្នកដទៃ ចូលចិត្តល្បែង ។ រឿងនេះភាគច្រើនមិនពិតទេ ។ មានការចង់ប្រព្រឹត្តល្បែងខុសគ្នាយ៉ាងច្រើនរវាងអារម្មណ៍កាំងទាំងចាស់ទាំងក្មេងចាប់តាំងពីដំបូងប្រព្រឹត្តលោះ រហូតដល់ប្រព្រឹត្តយ៉ាងច្រើនជាមួយនិងដៃគូទាំងឡាយ ។ គេមិនអាចនិយាយថា ការទាក់ទងខាងផ្លូវកាយជាបែបដទៃរបស់អារម្មណ៍កាំងទៀងទាត់ ក៏ដូចជាគេមិនអាចនិយាយចំពោះខ្មែរយើងដែរ ។

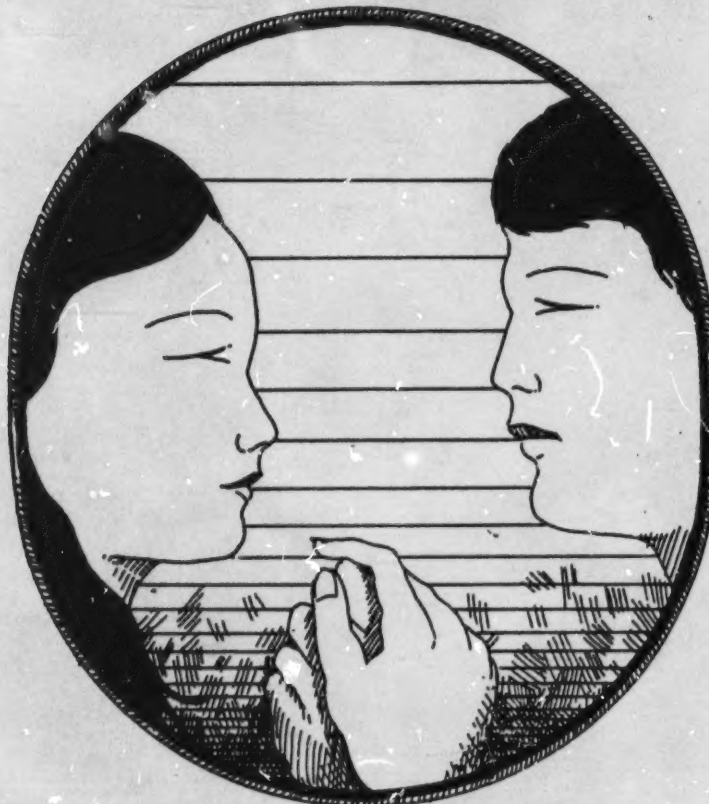
ដោយសារការចង់ប្រព្រឹត្តនេះខុសគ្នាយ៉ាងខ្លាំង វាអាចអោយមានគ្រោះថ្នាក់ក្នុងការគិតស្មានអំពីចំណង់ប្រព្រឹត្តរបស់មនុស្សម្នាក់ៗ និង ចំណូលចិត្តរបស់គេចំពោះអ្នក ។ ការប្រព្រឹត្តរបស់អារម្មណ៍កាំងភាគច្រើន ធ្វើអោយអ្នករៀនសូត្រច្រើន ដោយធ្វើការស្រាវជ្រាវពីចំណង់ផ្សេងៗ ។ ឧទាហរណ៍ អ្នករៀនសូត្រជាច្រើនច្រើន គឺអារម្មណ៍កាំងប៉ុណ្ណោះបើសិនអ្នកដែលមានភេទខុសគ្នា ហើយចៀសវាងមិនប៉ះពាល់អ្នកដែលមានភេទដូចគ្នា ។ ចំពោះជនជាតិអារម្មណ៍កាំង អ្នកដែលមានភេទខុសពីអ្នកហើយទៅប៉ះពាល់អ្នក គឺអាចចាត់ទុកជាការរើសអើង ។

មិត្តភាពផង និង ការអោយដៃជើងរឿងល្បែងផង ចំណែកការប៉ះអ្នកដែលមានភេទដូចគ្នា អាចចាត់ទុកជាអ្នកដែលប្រព្រឹត្តល្បែងនិងអ្នកដែលមានភេទដូចគ្នា ។ ការដែលមនុស្សមួយគូ " ស្រី - ប្រុស " ដើរកាត់ដៃគ្នា ឬ រៀបការគ្នាដើរ នៅពេលជួបគ្នាលើកទី១ និង ថើបគ្នា ជាអំពើទូទៅ ហើយមិនមែនច្រើនទាក់ទងពោះពោះ ឬ មិនទាន់ស្គាល់គ្នាជិតជិតឡើយ ។ ជនជាតិអារម្មណ៍កាំងគិតថា ការទាក់ទងល្បែងជាដំណើរវិវត្តដែលធ្វើអោយមនុស្សពីរនាក់ស្គាល់គ្នាបានប្រសើរឡើង ។ ភាពពិតដែលអារម្មណ៍កាំងថើបអ្នកនៅពេលណាដូចមុនដំបូង មិនចាំបាច់ថា គេចង់ប្រព្រឹត្តល្បែងនៅពេលនោះ ឬចង់ណាដូចនៅពេលក្រោយទៀតឡើយ ។

មនុស្សជាច្រើនមានចំណង់ផ្សេងៗច្បាប់ដោយបានបង្កើនអ្នកដែលគ្មានចំណង់ ។ នៅក្នុងស្ថានភាព ការបង្កើននេះចាត់ទុកជាចាប់រំលោភ ជាទោសមួយដែលអាចជាប់គុកជាច្រើនឆ្នាំ ។ ច្បាប់នេះសំរាប់ការពារស្ត្រី " ស្ត្រីអ្នករៀនសូត្រ និង ក្មេងស្ត្រី " មិននឹកស្មានការបង្កើនប្រព្រឹត្តល្បែងដែលខ្លួនមិនចង់បានទេ ។ រដ្ឋភាគច្រើនមានច្បាប់កំរិតអោយអោយប្រព្រឹត្តល្បែងបើយុវជន ឬ មនុស្សប្រុសបានប្រព្រឹត្តល្បែងនិងស្ត្រីភេទអាយុតិចជាង និងត្រូវជាប់គុក ។ អាយុនេះខុសគ្នាពីរដ្ឋមួយទៅរដ្ឋមួយ ប៉ុន្តែប្រហែល ១៥ ឆ្នាំ ។

ការប្រើសេវាសេវាសេវាដទៃខាងចំណង់ល្បែង ជាសេចក្តីសំរេចចិត្តផ្ទាល់ខ្លួនមួយ ដែលគេមិនដែលធ្វើសោះ ។ វាអាចមានឥទ្ធិពលក្នុងមួយជីវិតរបស់គេដោយសារទំនាក់ទំនងរបស់គេជាមួយនិងគ្រួសារ ។ សេចក្តីសំរេចចិត្តនោះនិងពឹងផ្អែកលើការស្រាវជ្រាវ តម្លៃខ្លួនឯង ជំនឿខាងសាសនា និងចរិតរបស់អ្នកដែលគេទាក់ទង ។ ការសំរេចចិត្តដោយពឹងផ្អែកទៅលើសេចក្តីត្រូវការ និងការចង់បានរបស់សង្សារស្រីឬប្រុស ជាសេចក្តីសំរេចចិត្តមួយសំរេចគ្នាទៅវិញទៅមក និងប្រសើរដ៏ល្អ ។

អ្នកណាមួយដែលសំរេចចង់ប្រព្រឹត្តល្បែង ត្រូវយល់ពីការអាចមានផ្ទៃពោះ " មានកូន " និងជំងឺឆ្លងដែល



lar statement about the people in your own country.

Because of this range, it is dangerous to assume anything about another person's sexual behavior, including that person's possible interest in you. Many American practices can mislead refugees, so they make incorrect assumptions regarding others's intentions. For example, many refugees are confused by Americans' tendency to touch people of the opposite sex and avoidance of physical contact with people of the same sex. For an American of the opposite sex to touch you is just as likely to be a gesture of friendship as a sexual advance, while touching someone of the same sex may be interpreted as a homosexual gesture. It is also very common for couples to hold hands or walk with their arms around each other on a first date, and a "goodnight kiss" is not unusual even for a couple who do not know each other intimately. Americans tend to view sexual involvement as being a gradual process that develops as two people get to know each other better. The fact that an American might kiss you the first time you

date does not necessarily indicate an interest or willingness to engage in any further sexual activity at that time or even a desire to date you again.

Many people have gotten into serious legal trouble for forcing themselves sexually on someone who was not interested or willing. In the United States, this is considered rape, an offense for which one can go to prison for many years. This law protect all people from engaging in sexual activities against their will, including refugees and young people. Most states also have laws establishing the age of consent. If a boy or a man has sexual relations with someone under this age, he can go to jail. The age of consent varies from state to state.

The choice young people make regarding their sexual behavior is one of the most personal decisions they will ever make. It may affect the rest of their lives, including relationships with their families. That decision will be based on

ខ្មែរយើងហៅថា រោគស្រី នឹង តោងនឹងពីរបៀបការ  
 ពារផង ។ ព័ត៌មានទាំងនេះអាចសួរដេញដោលនៅ  
 មន្ទីរសុខភាព ឬ ការិយាល័យសំរាប់ឪពុកម្តាយ ។ ឯក  
 សារដែលប្រាប់ពីរឿងទាំងនេះ អាចមាននៅបណ្ណាល័យ  
 មជ្ឈមណ្ឌលសំរាប់ភាសាអនុវត្ត ។ ក្រៅពីនេះ នៅ  
 សាលាខ្លះមានថ្នាក់បង្រៀនការអប់រំអំពីរោគ ដែលអ្នក  
 នឹងបានសិក្សាជាច្រើនពីរឿងអស់ទាំងនេះ ។ គេមិន  
 អាចពឹងផ្អែកបានឡើយ សើព័ត៌មានដែលទទួលបានពីមិត្ត

ក្រោយ៖ វាអាចជាព័ត៌មានមិនគ្រប់គ្រាន់ទេ ។ ទំនាក់  
 ទំនងនៃការរក្សាភ័យដូចជាទំនាក់ទំនងដទៃទៀតនៃ  
 ដែលអាចប្រកបដោយជោគជ័យបាន បើសិនជាយុវជន  
 ម្នាក់ពុំគិតគូរដល់សុខុមាលភាពរបស់អ្នកម្នាក់ទៀត ហើយ  
 ព្យាយាមថែរក្សាគ្នាទៅវិញទៅមក ។ ទិដ្ឋភាព  
 របស់ជីវិតអាមេរិកាំងនេះ ខុសគ្នាខ្លាំងពីជីវិតនៅស្រុក  
 ខ្មែរ ដែលអាចទៅជារង្វាន់ ហើយធ្វើអោយអ្នករីក  
 រាយ ឬ អាចធ្វើអោយអ្នកទ្រប់ ឬ រងគ្រោះដូចពេលនេះ ។

family background, personal values, religious beliefs, and the nature of relationships with people of the opposite sex. Ideally, the decision includes consideration of the needs and wishes of the boyfriend or girlfriend, and the decision will be a mutual one.

Any person who decides to engage in sexual behavior should understand the possibilities of pregnancy and venereal disease and how to prevent them. Information can be obtained on these subjects from a doctor, a local health department or a Planned Parenthood office. Materials in your own language are available from the Language and Orientation Resource

Center. In addition, some schools have sex education classes in which you will learn more about these topics. It may not be a good idea to rely on information received from friends, who might be less informed than they appear.

Dating relationships, like all other relationships, can be most successful if each person is concerned with the well-being of the other and they try to take good care of each other. This aspect of American life, so different from life in Cambodia, can then become rewarding and enjoyable, as confusing and frightening as it may now seem.



## ការ រៀបចំការ រស់នៅ

យុវជនអាមេរិកាំងអាចធ្វើការ រៀបចំផែនការរស់នៅ យ៉ាងច្រើនលក្ខណ៍ពីទីកន្លែង និងអ្នកដែលគេរស់នៅជាមួយ នៅពេលដែលគេមានវិញ្ញាបនបត្រ ដោយផ្អែកទៅលើថវិការប្រធាន និង កត្តាផ្សេងៗទៀត ។ ផ្អែកនេះនឹងអធិប្បាយយ៉ាងខ្លីពីការ រៀបចំការ រស់នៅជាទូទៅ នៅក្នុងប្រទេសនេះ ។

### ការរស់នៅជាមួយគ្រួសារ -

ចំពោះយុវជនដែលបានចូលរៀនរយៈពេលពី "ភាពជំនាញ" ហើយចង់បន្តការរស់នៅជាមួយគ្រួសារ គឺជាការទូទៅក្នុងប្រទេសភាគច្រើន ។ នៅក្នុងសហរដ្ឋ ចំពោះមនុស្សអាយុចាប់ពី ២០ឆ្នាំទៅ ការរស់នៅក្នុងផ្ទះរបៀបនេះកាន់តែមានកើនច្រើនឡើង ។ អ្នកខ្លះធ្វើរបៀបនេះដោយមកពីថវិការ ។ អ្នកខ្លះទៀតនៅជាមួយគ្រួសារដើម្បីបានទទួលការជួយគាំទ្រផ្លូវចិត្ត ។ របៀបប្រកាយនេះមានលាភៈសំខាន់ណាស់ ចំពោះអ្នករៀនខ្លួន ព្រោះវាជាការរៀនយល់ ដែលយុវជនរស់នៅផ្ទះជាមួយឪពុកម្តាយ ។ ធ្វើរបៀបនេះ យុវជនអាចជួយកិច្ចការក្នុងផ្ទះ ជួយបំប៉នកិច្ចការគ្រួសារ និង ជួយទប់ទល់ការចំណាយខ្លះផង ។

### រស់នៅជាមួយមិត្ត -

ការរស់នៅរួមជាមួយមិត្តភក្តិ ឬ ច្រើន អាចជួយទប់ទល់ការងារជាងរស់នៅម្នាក់ឯង ហើយអាចគាំទ្រគ្នាទៅវិញទៅមកខាងផ្លូវចិត្តផង ។ យុវជនអាមេរិកាំងជាច្រើនចូលចិត្តរស់នៅរួមគ្នា ព្រោះវាអាចមាន

បរិយាកាសរីករាយ និងការពិសោធន៍ពីជីវិត ។

### រស់នៅម្នាក់ឯង -

អ្នកខ្លះចូលចិត្តការរស់នៅដោយឯកម្មម្នាក់ឯង និងភាពដាច់ពីគេ ។ ចំពោះអ្នកខ្លះទៀតជឿជាក់ថា ជាការពិសោធន៍ក្នុងការរស់នៅមួយយ៉ាងសំខាន់ ។ ការចាញ់ប្រៀបធៀបការចំណាយអស់ប្រាក់ច្រើនដើម្បីជួលផ្ទះឯង ។ បើទោះជាដឹងប្រាកដណាស់ មនុស្សជាច្រើនគិតថាជាការពិសោធន៍ ជាពិសេស បើសិនជាគេធ្លាប់រស់នៅជាមួយគ្រួសារគ្នាច្រើន ។

### រស់នៅជាមួយប្តី ឬ ប្រពន្ធឬមិត្តដែលមានរោងចក្រផ្ទាល់ខ្លួន -

ថ្វីត្បិតតែមនុស្សដែលបានរៀបការពីក្មេងៗក៏ដូចជាមានការដែលលះច្រើនជាងគ្រួសារអាយុច្រើន តែគ្រួសារនេះជាច្រើនបានប្រកបដោយជោគជ័យ "ដោយនៅជាមួយគ្នាតែម្នាក់" ។ អ្នករៀនខ្លះខ្លះក៏ដូចជាអាមេរិកាំងខ្លះទៀតដែរ រៀបការពីអាយុក្មេង ជាងអាយុមធ្យមនៃអាមេរិកាំង ។

ការរស់នៅជាមួយគ្នាខាងលើប្រកបដោយស្រី បានក្លាយជាការទូទៅនៅក្នុងប្រទេសនេះ ។ ទោះជាយ៉ាងនេះក្តី នៅកន្លែងខ្លះ និង គ្រួសារខ្លះ នៅមិនទាន់ទទួលបានស្រីទេឡើយ ។ ក៏ប៉ុន្តែជាលទ្ធផល មនុស្សដែលអាយុលើសពី ១៨ ឆ្នាំឡើងទៅ ក្នុងការរស់នៅជាមួយគ្នា បើសិនជាគេចង់ដោយប្រមូលចិត្តប្រឈមមុខនឹងលទ្ធផលដែលកើតឡើងពីបញ្ហាគ្រួសារនិងសង្គម ។

## Living Arrangements



Young Americans have a wide range of alternatives available to them regarding where and with whom they live as they get older, depending on financial, family and personal factors. This section will briefly mention some of the living arrangements common in this country.

### With Your Own Family

For young people to continue to live with their families as they approach adulthood is a common practice in most countries. It is also becoming increasingly common in the United States for people in their early 20's or even older to remain "at home." Some people choose to do so for economic reasons; others stay with their families to provide mutual emotional support. Such support can be particularly important to refugee families because it is more culturally familiar and acceptable for the youth to remain at home. If only one parent is in the home, it may be important for an older youth to remain with that parent and help with household duties: paying some expenses, helping with younger children, etc.

### Living with Friends

Living with one or more friends is less expensive than living alone and can enable the young people to support each other emotionally. Many Americans are attracted to living with roommates because it can be fun in addition to being a learning experience.

### Living Alone

Some people prefer the privacy and independence of living alone. Others feel it is an important growing experience. A major disadvantage, of course, is that maintaining an apartment can be expensive. In addition, many find this to be a lonely way of life, particularly if they come from large families.

### Living with A Spouse or Friend of the Opposite Sex

Although people who get married at a young age are more likely than older couples to get divorced, many such marriages are quite successful. Some refugees as well as Americans choose to get married at a younger age than the "average" American.

It is becoming more common in this country for a boyfriend and girlfriend to share an apartment. "Living together," however, is still not fully accepted, particularly in some parts of the country, and families often do not approve. It is, however, the legal right of people over 18 to live together if they so desire and are

ការជ្រើសរើសរង្វះបន្ទាប់ពីការរៀនសូត្រស្រាវជ្រាវ  
 ត្រូវការប្រើពេល ប្រើការខិតខំ និង ព័ត៌មានណាមួយ  
 ស្អិតស្អាត ។ ដើម្បីដឹងព័ត៌មានពីរបៀបជួសជុល ចូរអាន

សៀវភៅធ្វើការណែនាំ " ជីវភាពថ្មីនៅសហរដ្ឋ"  
 ឬ សួរមិត្តនិងអ្នកដទៃនៅក្នុងសហគមន៍ ដែលមានការ  
 ពិសោធន៍ក្នុងការជួសជុល ។



willing to face the family and social problems that might result.

Choosing an apartment can be complicated and requires a great deal of time,

effort and consideration. For more information, see *Your New Life in the United States* or talk to friends and others in your community with experience in apartment-hunting.



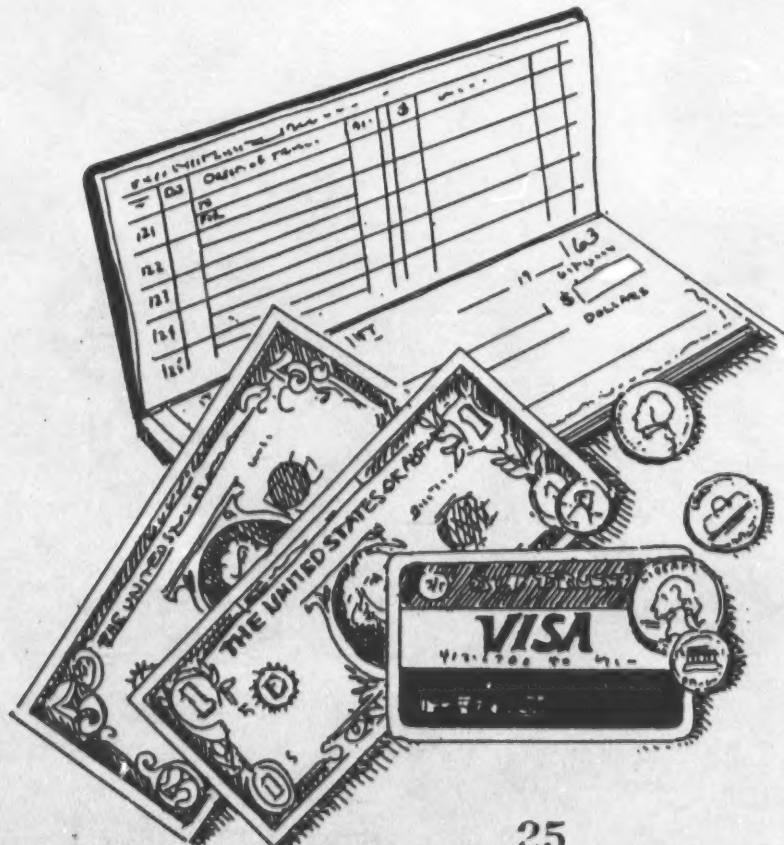
# លុយកាក

“ ឪពុកខ្ញុំអញ្ជើញមកសហរដ្ឋពីព្រោះគាត់ជឿថា តាមវិធីនានាក្រោយដោយមាស ។ លុះគាត់មកដល់ ឃើញថាមិនដូច្នោះទេ ។ ក្រោយមកគាត់ក៏ដឹង ច្បាស់ថា ការងារដែលគាត់រកបាន គឺមានតែធ្វើ កម្មករក្រោយថ្នល់ប៉ុណ្ណោះ ” ។

គ្មានការធានាស្តីពីភាគច្រើនក្នុងប្រទេសនេះ ទេ ដូចឪពុកបុរសអន្តោប្រវេសន៍នេះបានដឹងស្រាប់ ជា ពិសេស ដូចជាជនភៀសខ្លួនទើបនឹងមកដល់ប្រទេស គ្មានទាំង

ចេះភាសាដទៃ ក៏ចាប់ធ្វើការតែម្តង ។ ដូច្នេះ វាសំខាន់ណាស់ ដែលអ្នកទាំងនោះត្រូវរៀនអំពី របៀបចាយលុយ ប្រើប្រាស់ថវិការ ឬ អំពីរបៀប ធ្វើប្រាក់ក្នុងធនាគារ ។

ដើម្បីជាព័ត៌មានស្តីពីរបៀបនេះ នឹង របៀប ថវិការដទៃទៀត សូមអានផ្នែក ៨ “ ការសិក្សា ពីថវិការនិងអ្នកប្រើប្រាស់ ” ក្នុងសៀវភៅដឹកនាំភាពថ្មី របស់អ្នក នៅសហរដ្ឋ ។



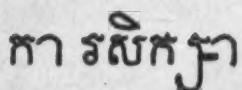
## Money



*"My father came to the United States because he heard that the streets were paved with gold. When he arrived, he found out they weren't even paved! After a while he learned that the only job he could find was paving streets."*

As this immigrant's father learned, there is no guarantee of wealth in this

country, particularly for a newly-arrived refugee who does not yet speak English or have applicable work experience. It is therefore important to learn how to handle money, use a budget, start bank accounts etc. For more information on these and other financial subjects, read Chapter 8, "Finances and Consumer Education," in *Your New Life in the United States*.



27

## Education



Most Americans complete high school and many young refugees will also graduate. If you are one of the many young refugees who will graduate from high school, you will face not only the decision of whether to continue education (instead of working full-time) but also what kind of education to pursue and where it might be available. Your decision will be based on your personal and professional goals, work and educational background, and any special skills you have. In addition, post-graduate education can be very expensive, so finances may be an important consideration.

Educational opportunities vary from community to community and from time to time. It is therefore impossible to specifically describe in this booklet the schools and programs available in your community. Instead, types of postgraduate education are discussed, including how to get further information regarding schools and programs in your area.

### Part-time Classes

For those who can't afford or don't want to attend school full-time, many communities have programs which permit the student to take classes in the evening or some other time that will allow sufficient time for work. Such programs may be sponsored by community high schools, vocational colleges, or academic colleges and universities, and may include classes designed specifically for refugees. Some of these classes are inexpensive or even free. You can find out more about the programs in your community from the

schools, resettlement office (VOLAG) or from your high school counselor.

### Trade School

Many young people choose to attend trade school after they complete high school. Programs may only require one or two years' study and sometimes prepare the student for high-paying jobs. They are sometimes called "Technical Colleges." You can find out what is available in your area by talking to a high school counselor, looking in the phone book, or asking at the Job Service office in your community.

### On-the-Job Training

Sometimes you can get a job in which you are hired as an assistant and receive training in specific skills. This can be an excellent opportunity because you receive pay while you are being trained, but such jobs are unusual and may be very hard to find. Your Job Service office may have information on any on-the-job training available in your community.

### College or University

Americans who have been successful in high school and are interested in more extensive academic or professional training usually consider going to college. An advantage of a college or university education is that the student can learn a great deal about the history and culture of the United States as well as training for a specific job. This increased knowledge of the U.S. can help a refugee adapt

ការប្រែប្រួលនេះមិនសូវមាន ហើយពិបាកណាស់ ។ ការិយាល័យរកការអោយធ្វើ មានព័ត៌មានពីការបោះពុម្ពច្រើន ដោយធ្វើការដែលមាននៅក្នុងសហគមន៍ ។

**សកលវិទ្យាល័យ -**

ដំណើរការមេរៀនក្នុងវិស័យសកលវិទ្យាល័យ ហើយចង់រៀនបន្ត ឬ ចង់បោះពុម្ពច្រើនវិជ្ជាជីវៈ តែងតែ ពិបាកពីទៅសកលវិទ្យាល័យ ។ សារៈសំខាន់នៃការ សិក្សានៅសកលវិទ្យាល័យ គឺ និស្សិត ឬ លិស្សអាចសិក្សា ពីប្រវត្តិសាស្ត្រនិងវប្បធម៌នៃសហរដ្ឋ នឹង ទទួលបានការព្រឹត្តិ កិច្ចការប្រាកដណាមួយ ។ ការសិក្សារបៀប នេះអាចបង្កើតការចេះដឹងអំពីសហរដ្ឋ ដែលអាចជួយអ្នក មកដល់ការអោយស្របនឹងការរស់នៅក្នុងយ៉ាងងាយនៅប្រទេសនេះ ។

ប្រាក់ចំណាយនៃការសិក្សានៅសកលវិទ្យាល័យ ខុសគ្នាយ៉ាងខ្លាំង ខ្លះត្រឹមតែប៉ុន្មានរយដុល្លារប៉ុណ្ណោះ រហូតដល់ ៩០០០ដុល្លារ ត្រឹមតែថ្លៃបង់វិជ្ជាដែលត្រូវ រៀន ។ ដូចគ្នាមានការរាប់បញ្ចូល ប្រាក់អំណោយ ឬប្រាក់អោយខ្ចីដល់លិស្សនិងត្រូវបង់ប្រាក់ទាំងអស់ដែលត្រូវ មានប្រាក់សំរាប់បាយខ្លួនឯង ។ ដូច្នេះអ្នកត្រូវសួរសា លាអោយបានច្រើន មុននឹងសំរេចចិត្តជ្រើសរើសយកមួយ ណានឹងទៅរៀន ។

នៅសហរដ្ឋ ដោយសារមានមនុស្សជាច្រើន មានសញ្ជាតិប្រកបដោយសកលវិទ្យាល័យ អ្នកត្រូវដឹងថា ការ មានសញ្ជាតិប្រកប ជាពិសេសមុនវិជ្ជាខ្លះ មិនមានធានា តែងមានការល្អធ្វើឡើយ ។ ការពិត អ្នកមាន សញ្ជាតិប្រកបខ្លះមិនអាចរកការធ្វើតាមមុខវិជ្ជារបស់ខ្លួន ឡើយ ហើយត្រូវរកប្រភេទការងារផ្សេងទៀតធ្វើទៅ វិញ ។ គេនៅតែត្រូវរង់ចាំរៀន ហើយមិនមែនស្រួល តែជួយដំឡើងមុខអាជីពឡើយ ។

ទីប្រឹក្សានៅសាលាអស់លោកអ្នក អាចជួយឱ្យ យោបល់ត្រឹមត្រូវចូលរៀនសកលវិទ្យាល័យភ្លាម ឬ រង់ ចាំបន្តិចសិន ។ លោកអាចជួយអ្នកពីរបៀបដាក់ ពាក្យសុំអោយបានចូលរៀន ។ អ្នកអាចរកព័ត៌មានពី សាលាណាមួយ ដោយសរសេរ ឬ ទូរស័ព្ទទៅការិយាល័យ ទទួលពាក្យសុំនៃសាលានេះ ។ អ្នកអាចដឹងពីសាលា ណាមួយនៅក្នុងសហរដ្ឋ ដោយទៅបណ្តាលនៃសកលវិទ្យា ល័យនៅជិតផ្ទះអ្នក ។ បណ្តាលនៃតែងមានតារាងប្រាប់សា លាទាំងអស់នៅក្នុងប្រទេស ។



to this country more easily and successfully. Depending on the field you choose, you could be required to study full-time from two to nine years in college before receiving the degree required for that field. The most common degrees are: Associate of the Arts (A.A.), two years; Bachelor of Science or Bachelor of Arts (B.S. or B.A.), four years; Master of Science or Master of Arts (M.S. or M.A.), one or two years after the B.S. or B.A.; and Doctor of Philosophy (Ph. D.), three to five years after the M.S. or M.A.

The expense of a college or university education varies dramatically, ranging from only a few hundred dollars to as much as \$9,000 a year for tuition alone. Sometimes assistance through scholarships, grants or loans is available, but nearly all students must bear at least some of the expense themselves. You therefore may want to look around before deciding which schools to apply to.

Because there are now many college graduates in the United States, it is im-

portant to know that a college degree does not guarantee the student a good job, particularly in some fields. In fact, some graduates are unable to find jobs in their fields at all and must seek other types of work. They may still have learned a great deal and have developed personally from college, but it does not always directly lead to career advancement.

Your school counselor can help you determine if attending college is the right choice for you and if you should enter immediately or wait a few years. He or she can also help you with the complicated process of applying for admission. Information about specific schools can be obtained by writing or calling the Admissions Office of that school. You can also learn about specific schools around the country by going to the library of a college or university close to you. The library will have catalogs from different schools across the country. Some local public libraries also have college catalogs available.



## អាជីព និង ការងារ

យុវជនរៀនសូត្រអាយុ ១៨ឆ្នាំម្នាក់ឈ្មោះ អាន កំពុងរៀននៅសាលាប្រកបដោយជោគជ័យ ហើយ គ្រោងថា នឹងទៅរៀនសកលវិទ្យាល័យ ពេលរៀន ចប់ ។ គេសង្ឃឹមនឹងរៀនធ្វើជា រដ្ឋមន្ត្រី ។ មាន ពេលដែលជាប្រើមន្ត្រីដែលអាចជឿបានថា អានអាចសំរេច គោលបំណងនេះ ។ ប៉ុន្តែនៅពេលគេរកការធ្វើ នៅពេលយប់សំរាក គេមានការខកចិត្តមួយរំពេច ហើយ ក៏សួរខ្លួនគេថា " តើនៅកន្លែងណាដែលខ្ញុំអាចរកការ ងារ ដែលមិនប្រើដៃ ដោយប្រើតែខួរក្បាលហើយ រៀនបានផង ? ទីបំផុត គេធ្វើការដែលគេអាចរក បានតែមួយគត់ : គឺធ្វើជាអ្នកដូចសំអាតសាលា ។ គេសំរេចប្រាក់ខែដែលបានមកខ្លះ ដើម្បីទុកទៅរៀន ក្នុងសកលវិទ្យាល័យ នៅរដ្ឋស្លឹកឈើជ្រុះ ។

រៀនរបស់អាន មិនមែនគ្រាន់តែយុវជនទើប មកដល់ បានឈ្នាលប៉ុណ្ណោះទេ សូម្បីតែយុវជនអាមេ រិកាំង ក៏បានជួបប្រទះដែរ ។ ក្នុងករណីភាគច្រើន វាហាក់ដូចជាមិនមែនជាការពិត ដែលថាអ្នកណាម្នាក់ ដែលមានការពិសោធន៍តិច ហើយអាចរកបានការដែលខ្លួន គេចង់បាន ឬ កិច្ចការដែលគេចូលចិត្តនោះឡើយ ។ វាអាចធ្វើអោយរលាយនឹងអាកចិត្ត តែមនុស្សជាប្រើម គ្រប់អាយុ និង គ្រប់សញ្ជាតិ មានការចាំបាច់ដែលត្រូវ តែធ្វើការ ទោះបីខ្លួនមិនចូលចិត្តក្តី ឬ មិនស្រឡាញ់ក្តី។ បើសិនជាអ្នកមិនបានរៀនបន្តពីវិទ្យាល័យដង តើ អ្នកសង្ឃឹមធ្វើកិច្ចការអ្វី ? សំនួរទី១ គឺបានប្រាក់ខែ

ប៉ុន្មាន ? ក្នុងករណីភាគច្រើនចម្លើយគឺ " មិនសូវច្រើន ឡើយ " ភាគច្រើនគេអោយប្រាក់ខែកំរិតទាបបំផុត គឺ ៣ ៣៥ដុល្លារ ក្នុងមួយម៉ោង ប្រសិនបើ៨០ដុល្លារក្នុងមួយ ខែ មិនទាន់កាត់ពន្ធ ឬ តាក់នៅឡើយ ។ ជាធម្មតា ទេ ដែលមនុស្សគ្រប់រូបចង់បានការងារអោយបានប្រាក់ខែ ច្រើន ប៉ុន្តែវាមិនអាចអោយគេរកបាននៅពេលមុនដំ បូង ។

សូម្បីតែការដែលមិនសូវពេញចិត្ត ឬ ប្រាក់ខែតិច ក៏មានតម្លៃដល់អ្នកទើបចាប់ផ្តើមធ្វើការដែរ ។ ការ ពិសោធន៍ពីកិច្ចការមុនពុំ ជាសំនួរទី១ ដល់អ្នកដែលសុំការ ធ្វើ ។ ការធ្លាប់ធ្វើការនៅស្រុកនេះ និង ការផ្តាំ



## Careers and Jobs



An 18-year-old refugee named Ann was doing very well in school and planned to go to college after graduating from high school. He hoped to become a doctor, and there was every reason to believe he could achieve this goal. When looking for a summer job, he quickly became discouraged. "Where can I find a job where I use my mind instead of my hands and can learn?" he asked in frustration. He instead took the only job he could find as an assistant janitor in a school. Using his salary, he was able to save money to attend the university in the fall.

Ann's story is familiar not only to young refugees but to many young Americans as well. In most cases, it is unlikely that someone with little work experience will be able to get exactly the job he or she wants or even likes. It can be frustrating and discouraging, but many people of all ages and ethnicities have simply out of necessity had to take jobs they don't like.

If you are not going to pursue an education after high school what can you hope for in a job? The first question, of course, is how much money you will earn. In most cases, the answer will be "not very much"; often the worker is only paid the minimum wage, which is currently \$3.35/hour or about \$580/month. Of course, people look for better-paying jobs, but there is a possibility that they will not be able to find one at first.

Even jobs that are unpleasant or do not pay very well can be of value to the young worker. Previous work experience is one of the first questions asked of someone who is being considered for a job. To have worked in this country and received a positive recommendation are valuable to the refugee who is looking for a better job. In addition, something can be learned from virtually any job, no matter how menial it might be.

Sometimes an entry-level job can provide a good start towards something better. Does the worker learn on the job or receive training that will later enable him or her to get a better job? Does the company sometimes promote good entry-level workers into better, high-paying jobs? These are important considerations when deciding what jobs to pursue.

Still, the fact remains that young people often have to accept jobs that do not pay well and that they do not enjoy. Many Americans find it necessary to work at such jobs for a few years until they can create better opportunities for themselves. As discouraging as this thought may be, it might be of some consolation to remember that an advantage of being young is that you have many years ahead of you to pursue such opportunities, and it is quite possible that you will spend most of your working life—whether in the United States or in another country—in a job that you like.

ធ្វើពីកន្លែងធ្វើការចាស់ ឬ អ្នកផ្លាស់ប្តូរ មានតម្លៃដល់  
អ្នកដែលទើបមករកការងារធ្វើ ។ ហើយការងារអ្វីក៏  
ដោយ ទោះបីធ្វើដោយកម្លាំងក៏ដោយ តែងតែមានអ្វី  
មួយដែលគេអាចរៀនបាន ។

ជួនកាលការងារដែលចាប់ផ្តើមដំបូង អាចផ្តល់នូវ  
ប្រយោជន៍ដ៏សំខាន់សំរាប់ឆ្ពោះទៅរកការងារប្រសើរៗ  
តើអ្នកធ្វើការរៀនពីការងារ ឬ ទទួលការហាត់ពិភព  
អាចធ្វើអោយគេបានការងារនៅពេលក្រោយឬទេ ?  
តើក្រុមហ៊ុនដទៃទៀតអ្នកធ្វើការដំបូង ទៅកាន់កន្លែង ឬ  
បានប្រាក់ខែច្រើនឬទេ ? នេះជាកត្តាសំខាន់ដែលត្រូវ

ពិចារណាមុននឹងសំរេចយកការណាមួយមកធ្វើ ។

រឿងពិតនៅដដែល ដែលថា យុវជនត្រូវយល់ព្រម  
ទទួលការងារមិនសូវបានល្អច្រើន ហើយដែលមិនសូវចូលចិត្ត  
ដល់ជាតិអាមេរិកាំងភាគច្រើន ចាំបាច់ត្រូវធ្វើការ  
របៀបនេះ ៣ - ៥ ឆ្នាំរហូតដល់គេអាចបង្កើតការ  
ជ្រើសរើសប្រសើរណាមួយ ។ អ្នកមិនត្រូវធ្លាក់ទឹកចិត្ត  
ឡើយ ដោយអ្នកនៅមានអាយុតិចនៅឡើយ អ្នកនៅ  
មានពេលយ៉ាងយូរសំរាប់ធ្វើការ សំរាប់ខិតខំដទៃទៀតការ  
ងារអោយបានល្អ ដើម្បីនឹងរកការណាដែលអ្នកចូលចិត្ត  
ទោះបីអ្នកធ្វើការនៅស្រុកណាក៏ដោយ ។





## គ្រឿងស្រវឹង និង គ្រឿងញៀន

យុវជនភាគច្រើននៅសម្រាប់ បានឃើញគ្រឿងស្រវឹង និង គ្រឿងញៀន ។ យុវជនជាច្រើនប្រើគ្រឿងទាំងនេះ ហើយយុវជនមួយចំនួនធំដក់គ្រឿងញៀន និង ផឹកគ្រឿងស្រវឹងយ៉ាងច្រើនរហូតដល់មានផលអាក្រក់ដល់រូបកាយ និងផ្លូវចិត្ត ។ ការដក់និងផឹកពូសប្រមាណនេះ ជាចំណោទមួយយ៉ាងធំនៅសម្រាប់ ហើយគេបានទិញអស់យ៉ាងខ្លាំងដល់យុវជនអាយុជ្រុលទាំងគ្រឿងទាំងនេះ ។

មានពេញជាច្រើន ដែលយុវជនអាចមើលកំដៅគ្រឿងញៀន និង ផឹកគ្រឿងស្រវឹង ។ ពេញទាំងនោះមាន :

- ១ - មនុស្សដក់និងផឹកផែន - ដោយមកពីមនុស្សដក់និងចាស់នាំគ្នាផឹកនិងដក់ជាទូទៅ ទើបក្មេងគិតថា បើឪពុកម្តាយធ្វើបាន គេក៏អាចធ្វើបានផែន ។
- ២ - កំលោះ - គេប្រើគ្រឿងញៀននិងគ្រឿងស្រវឹងសំរាប់កំលោះជាទូទៅ ។ យុវជនជាច្រើនក៏រកឃើញគ្រឿងទាំងនេះគាប់ចិត្តផែន ។
- ៣ - តាមគ្នា - ជួនកាលយុវជនធ្វើតាមមិត្តភក្តិ គ្នា ។ នៅពេលនោះទើប បើទាំងអស់គ្នានាំគ្នាប្រើ អ្នកដទៃក៏ចង់ធ្វើផែន ។
- ៤ - ការចង់ដឹង - ដោយពួកគេនិយាយពីគ្រឿងញៀនភាគច្រើនដូចជាកញ្ចាជាដើម អ្នកខ្លះចង់សាកមើលដោយខ្លួនឯង ។
- ៥ - ចង់ការពារតាម - មនុស្សជាច្រើន ទាំងចាស់ទាំង

ក្មេង ប្រើគ្រឿងទាំងនេះសំរាប់បំភ្លេចការពារតាមតឹងក្នុងជីវិត ។

ច្បាប់នៅសម្រាប់ពួកគេបានហាមឃាត់មិនអោយយុវជនដក់គ្រឿងញៀន និង ផឹកគ្រឿងស្រវឹង ។ ការដឹកគ្រឿងស្រវឹងខុសនឹងច្បាប់សំរាប់យុវជនដែលគេបានកំរិតអាយុ តិចជាង ១៨ និង ២១ ទៅតាមប្រទេសមួយ ។ ចំណែកការប្រើគ្រឿងញៀនដូចជាកញ្ចា ផ្លូវស្រវឹង ។ល។ ខុសច្បាប់ចំពោះមនុស្សទាំងចាស់ទាំងក្មេង ។ បើអ្នកប្រើគ្រឿងញៀនទាំងនេះ គេនឹងចាប់ តែការផ្តន្ទាទោសពីការដឹកគ្រឿងស្រវឹង និង ដក់កញ្ចា ច្រើនពីសិរីចម្រើន ២០ ទៅ ៥០ ឆ្នាំជាជាងដាក់គុក និង មានធ្វើទោសធ្ងន់បើដក់គ្រឿងញៀនផ្សេងទៀត ។

ទាំងគ្រឿងញៀន ទាំងគ្រឿងស្រវឹងសុទ្ធតែមានផលអាក្រក់ដល់សុខភាពខ្លាំង ឬ តិច ទៅតាមចំនួនប្រើ ។ ជាបន្ថែម ការបំពានច្បាប់ដូចជា ជីវភាពប្រចលាង ឬ ផ្លូវស្រវឹង ដែលជនខ្លះបានប្រើ និងបណ្តាលអោយមានការខូចខាតដល់ខួរក្បាល ថ្លើម ផ្លាកនោម ហើយអាចធ្វើអោយស្លាប់ ។ ព័ត៌មានពីគ្រោះថ្នាក់នៃការប្រើគ្រឿងញៀន និង គ្រឿងស្រវឹងអាចស្តីពីសាលារៀន ឬ មន្ទីរសុខភាព ។

ការប្រើគ្រឿងស្រវឹងជាចំណោទសង្គមយ៉ាងធំនៅក្នុងសម្រាប់ ពីព្រោះរឿងរ៉ាវក្នុងស្រុកតែងកើតឡើងជាញឹកញាប់ពីការដឹកពូសប្រមាណ ។

## Alcohol and Drugs



Most young people in America are exposed to alcohol and drugs. Many young people use them, and a tragically large number abuse drugs or alcohol to the extent that they are physically or emotionally harmed by them. This abuse is seen as being a major problem in the United States, and extensive efforts have taken place to educate young people regarding these substances and to attempt to discourage use.

American youth use drugs and alcohol for many reasons, including:

**Adult use.** Drinking is very common in the United States, and many young people conclude that if their parents do it, why can't they?

**Recreation.** Drug and alcohol use for pleasure is also common; many young people finding they enjoy using them.

**Peer pressure.** Sometimes young people are influenced by their friends; if every one else at a party is using a drug or alcohol, the other may not want to be the only one who does not use it.

**Curiosity.** Having heard a great deal about drugs such as marijuana, some people want to find out about it for themselves.

**Reduce stress.** Many people—young people and adults alike—use these substances as an escape from the pressures of life.

The fact that drug and alcohol use by young people is not accepted in the United States is reflected in the laws prohibit-

ing their use. Alcohol use is illegal for people under a given age (between 18 and 21, depending on the state), while the commonly used drugs—marijuana, "speed," "downers," cocaine, narcotics and others—are illegal for everyone regardless of age. You can be arrested for the use of these drugs, although penalties for drinking alcohol or smoking marijuana are usually less severe and in most cases involve a fine—perhaps \$25 to \$50—rather than a jail sentence.

All drugs, including alcohol, present health hazards, although the amount of danger depends on the drug and extent of use. In addition, inhaling substances such as glue, gasoline, or paint, as some people do to "get high," is known to cause serious damage to the brain, liver and kidneys and can be fatal. More extensive information on the risks of drug and alcohol use can be obtained from your school or local health department.

Alcohol abuse is a major social problem in the United States because of the family breakdown that often results when a family member drinks too much. In addition, 50% of the automobile fatalities in the United States result from people driving after they have been drinking. This is an extremely dangerous practice because people drive very poorly after they drink. Even if there is not an accident, many states suspend the driver's license of anyone who is caught driving under the influence of alcohol.

Another problem with drug use is that the users cannot usually be certain of the quality of what they are taking. Because

ចំនួន ៥០ ភាគរយនៃមនុស្សរៀបរៀងការបើកបររថភ្លាម  
មកពីមនុស្សដែលបានដឹកស្រា ហើយទៅបើកបររថយន្ត ។  
នេះជាហេតុការណ៍មួយច្រើនថ្នាក់បំផុត ព្រោះបើ  
ដឹកស្រាហើយគេបើកបររថយន្តមិនបានត្រឹមត្រូវឡើយ ។  
ថ្វីត្បិតតែដេញមានច្រកថ្នាក់ក៏ដោយ រដ្ឋជាច្រើន  
ព្យួរច្បាប់បើកបរមិនអោយបើកបរមួយរយៈ បើគេ  
ចាំបំប៉នអ្នកបើកបរមានដឹកស្រា ។

បណ្តាមួយទៀតចំពោះអ្នកដែលប្រើគ្រឿង  
ញៀន គឺអ្នកប្រើប្រាស់មិនអាចដឹងពិតប្រាកដពីគុណសម្បត្តិ  
គ្រឿងញៀនដែលគេប្រើឡើយ ។ ពីព្រោះ  
គ្រឿងញៀនខុសច្បាប់ អ្នកដែលលួចលាក់គ្រឿងមិនល្អ  
ដោយគ្មានអ្នកត្រួតពិនិត្យ ។ ឧទាហរណ៍ ដូចជាគ្រឿង  
ញៀនប្រកបដោយច្រកថ្នាក់បំផុត គឺគ្រឿងញៀន  
ដែលមានជាតិកូកែន ។ ដូច្នេះ ការទទួល ឬ ទិញ

គ្រឿងញៀនពីមនុស្សដែលមិនស្គាល់មានច្រកថ្នាក់  
ណាស់ ។

ទីបំផុត ការប្រើគ្រឿងញៀន និង គ្រឿង  
ស្រវឹង បង្កើតជាចំណោទយ៉ាងខ្លាំងដល់គ្រួសារនៅសហរដ្ឋ  
ដូចជាយុវជនដែលប្រើគ្រឿងញៀន ហើយដែលផ្ទុកម្តាយ  
មិនយល់ព្រម ។ ហេតុការណ៍នេះអាចនាំឱ្យមាន ឬ  
បង្កើតចំណោទផ្សេងទៀតក្នុងរង្វង់គ្រួសារដែលអាចខ្លាំង  
ជាងការប្រើគ្រឿងញៀន និង ស្រវឹងទៅទៀត ។

ដូច្នេះ វាមានសារៈសំខាន់ណាស់ ដែលអ្នកត្រូវ  
ដឹងអំពីផ្ទៃពេលនៃការប្រើគ្រឿងញៀន និង ស្រវឹង ។  
អ្នកនឹងអាចបានទទួលគ្រឿងទាំងនេះនៅសហរដ្ឋច្រើនជាង  
នៅស្រុកខ្មែរ ហើយអ្នកនឹងអាចចៀសវាងផុតពីច្រក  
ថ្នាក់ទាំងប៉ុន្មាន បើអ្នកដឹងពីផលអាក្រក់នៃការប្រើ  
គ្រឿងទាំងនេះ ។

drugs are illegal, people who sell them are free to distribute a drug that is of poor quality or is not even what they say it is. For example, PCP, an extremely dangerous drug, is sometimes sold as cocaine, which is much more expensive. Buying or accepting any drug from a stranger is therefore dangerous.

Finally, drug and alcohol use have created serious family problems in the United States as youth use drugs that their parents do not approve of. This can

lead to alienation and other problems among family members that can be even more serious than drug or alcohol use itself.

It is very important, then, that you have a thorough understanding of the effects of drug and alcohol use. You will have many more opportunities to obtain these substances in the United States than you did in Cambodia and you will be much safer if you have an accurate understanding of the risks involved.



# បន្ទុកភាពតានតឹង

យើងបានពិភាក្សាយ៉ាងទូលំទូលាយនៅក្នុងសៀវភៅនេះ អំពីការសង្វេគនៃជនរៀនសូត្រនៅសាលា ។ យើងនឹងពិភាក្សាអំពីការតានតឹង ដែលនឹងអត់ថា តើអ្នកអាចធ្វើយ៉ាងដូចម្តេចបាន ។ ភាពតានតឹងគឺជាភាពនៅមិនស្រួល គឺ ព្រួយបារម្ភដែលបណ្តាលមកពីការប្រើប្រាស់ ព្រួយខ្លាចពេក ការបង្ខិតបង្ខំខាងផ្លូវចិត្ត មានការធានាខុសច្រើនពេក ។ល។ មនុស្សមានភាពតានតឹងតែងតែបញ្ចេញទុក្ខទាន់ដំណេក ព្រមទាំងធ្លាក់ មិនសប្បាយចិត្តគ្រប់ពេលវេលា ផ្ទះអារម្មណ៍ទៅលើបញ្ហា ហើយគ្មានសន្តិភាពលើអនាគត ។ មានការរើបាច់ផ្សេងៗ ខាងរូបកាយដូចជា ឈឺក្បាល ជាសញ្ញាមានភាពតានតឹង ។

ភាពតានតឹងជាចំណោទមួយយ៉ាងធំចំពោះយុវជនរៀនសូត្រ ។ បើកាលណាគេមិនបានគិតគូរថា ឱ្យបានត្រឹមត្រូវទេ ។ ភាពតានតឹងអាចបណ្តាលឱ្យមានបញ្ហាខាងរូបកាយនិងផ្លូវចិត្តផងដែរ ។

តើគេអាចដោះស្រាយភាពតានតឹងយ៉ាងដូចម្តេច? សំណួរទី១ តើអ្នកនោះដោះស្រាយយ៉ាងដូចម្តេច កាលនៅស្រុកខ្មែរ? ។ ក្រែងការដោះស្រាយរបបបនោះអាចនៅមានប្រសិទ្ធភាពនៅសាលាដែរ? ។

ការសម្រាកនឹងធ្វើអ្វីផ្សេងៗ ដែលរីករាយ ក៏អាចជួយដែរ ។ អ្នករៀនសូត្រម្នាក់បានអ្នកក្រែងឥតមានប្រាក់ គ្រប់គ្រាន់ ក៏រកការមួយទៀត ហើយធ្វើការ ៨០ ម៉ោង រាល់៧ថ្ងៃ ។ គេក៏ចាប់មានភាពតានតឹង ហើយ

បានម្តងកាលពីធ្វើការតែមួយទៅទៀត ។ លុះកន្លងបានបន្តិចមក គេក៏ឈប់ធ្វើការមួយ បើក្សេមក្សាន្តុំ ធ្វើអោយគេស្រួលចិត្តជាច្រើន ហើយការបានម្តងក៏មានតិចៗ ការសម្រាកនៅពេលខ្លះ នឹង ធ្វើការកម្រិតកំប៉ិតដែលគេចូលចិត្ត ក៏មានសារៈសំខាន់ដែរ ។ រឿងនេះមិនមែនមានន័យថា គេបែកបាក់ខ្លួនគេ ដើម្បីអាចធ្វើការនឹងសិក្សាឱ្យមានប្រសិទ្ធភាពទេ ។

មធ្យោបាយដែលប្រជាជនភាគច្រើនដោះស្រាយសំរាប់បន្ទុកភាពតានតឹង គឺការផ្លាស់ប្តូរទីទេ : ស្រាវ - មិត្តភក្តិ - មិត្តរួមការងារ និង អ្នកដទៃទៀតដែលអាចមានវិបត្តិ ។ មិនជាចាំបាច់ធ្វើការបរិយាយពីភាពតានតឹងនោះឡើយ ព្រោះបើគ្រាន់តែសំរេចសំរាលជាមួយគ្នាណាម្នាក់ ក៏ទុកជាការសម្រាកមួយនិងបំប្លែងសេចក្តីបារម្ភទាំងឡាយភ្លាម ដែលជាការសំខាន់សំរាប់បន្ទុកភាពតានតឹង ។ កាលបើភាពតានតឹងនេះនៅតែមានជាបន្តចាំបាច់ត្រូវទៅជួបជួបផ្លូវផ្សេងៗ ។

ការប្រកបការងារ ការរៀនសូត្រ និង ការគ្រប់គ្រងស្រាវ មានសារៈសំខាន់ណាស់ក្នុងជីវិតនេះ ប៉ុន្តែវាត្រូវតែស្របច្បាប់ចិត្ត និង ថាមពលផងដែរ ។ គេអាចយកពេលសម្រាក ការបន្តកិច្ចការកម្រិតកំប៉ិត និង សកម្មភាពសំរាកខ្លះ ទៅធ្វើការសំរេចយ៉ាងគាប់ប្រសើរ នៅតាមសាលា ឬ ទីដទៃទៀតបាន ។

ចូរធ្វើការប្រុងប្រយ័ត្ន !

## Coping with Stress



Throughout this book we have discussed the difficulties of being a young refugee in the United States. It is important, then, to discuss stress and what you can do about it.

Stress is a feeling of nervousness and anxiety that results from overwork, too much worrying, too much pressure, facing too many responsibilities, etc. A person who is feeling stress may have trouble concentrating and feel there is not hope for the future. Physical problems, such as headaches, can also indicate stress.

While everyone feels some amount of stress at various times, it is a serious problem for many young refugees. If not dealt with properly, stress can lead to serious physical and emotional problems.

So how can a person cope with stress?

The first question is how that person would have dealt with stress experienced in Cambodia. It may be that the same activities that helped then will continue to help in America.

Relaxation and hobbies can also help. One refugee was so worried about not having enough money that he got a second job and worked 80 hours every week. He started to experience a great deal of stress, however, and worried even more about money. After a while he quit one of his jobs, discovering that the leisure

time made him feel much better. He also worried less.

It is important to relax sometimes and pursue hobbies. This does not mean that anyone should be lazy; instead, it means taking good care of one's self in order to study and work more efficiently; recreation helps reduce stress.

The way most people cope with stress is through the help of others; family, friends, co-workers and others can make a great difference. It is not even always necessary to talk about problems, for time spent with other people can help one relax and forget worries for a time—a very important way to overcome stress. If the stress continues, however, it may be necessary to see a doctor.

Work, school and family responsibilities are very important in this time of life, but so is emotional and physical well-being. By taking some time to relax and pursue hobbies and recreational activities, people are much more able to succeed in school and other areas of life. Take good care of yourself!

This book has discussed various aspects of being a young person in America, at times emphasizing some of the problems you may face. It has not been intended to scare or discourage you, but to warn of problems that may develop in the hope of helping you to be better prepared for

សៀវភៅនេះបានពិភាក្សាពីទិដ្ឋភាពផ្សេងៗ  
នៃយុវជននៅសហរដ្ឋ ពេលខ្លះបានសង្កេតឃើញថាខ្លះ  
ដែលអ្នកអាចជួបប្រទះ ។ យើងគ្មានគោលបំណងនឹង  
ធ្វើអោយអ្នកខ្លាច ឬ អោយភ្ញាក់ទឹកចិត្តឡើយ ប៉ុន្តែ  
ចង្អុលប្រាប់ពីបញ្ហា ដែលអាចកើតដោយសង្ឃឹមថា  
អ្នកអាចរៀបចំប្រុងប្រយ័ត្នខ្លួនទុកជាមុន ។ មាន  
ថា្នះជាយុវជនមិនជាស្រ្តីឬប្រុសឡើយ ហើយវាវិវត្ត  
តែពិបាកទៅទៀត ចំពោះយុវជនភេទស្រី ។

អ្នកមានកិច្ចការដ៏ពិបាក ដែលត្រូវបំពេញនៅចំពោះ  
មុខអ្នក ក៏ប៉ុន្តែអ្នកមានមនុស្សជាច្រើនជួយជា គ្រួសារ  
មិត្ត អ្នកអាណាព្យាបាល មិត្តនៅសាលា ភ្នាក់ងារ -  
តាំងទីលំនៅ ដែលគិតគូរហើយនឹងជួយអ្នកគ្រប់មធ្យោ  
បាយដែលគេអាចជួយបាន ។ ដោយមានការគាំទ្រ  
ប្រុងរបស់អ្នក នឹង ជួយអ្នកទាំងនោះ អនាគត  
របស់អ្នកគង់តែបានដោយជោគជ័យ ។

them. To be a young person is not easy; to be a refugee is definitely not easy. You have a difficult task ahead of you, but you also have many people in your life—family, friends, sponsors, people at

school and your resettlement agency—who are concerned and will help you any way they can. With your efforts and with their help, your future can be very successful.

# ទឹកចំណងជំនួសកតតអោយជួយ

១ - សមាគមខ្លះដែលបានបង្កើតឡើងដោយអ្នករៀន  
ខ្លួនសំរាប់ជួយគ្នាទៅវិញទៅមកក្នុងកិច្ចការសង្គម និង  
សិក្សា ។ ការបង្កើតសមាគមអាចអនុញ្ញាតអោយ  
មានការជួបជុំ ល្អាត់គ្នា និង ជួយគ្នា ដូចជាការធ្វើ  
បកប្រែ ។ល។

២ - ទីប្រឹក្សានៅសាលា ឬ គ្រូបង្រៀន អាចជួយ  
ដោះស្រាយការពិបាកក្នុងការសិក្សា និង បញ្ហា  
ផ្សេងៗ ។ គ្រូទាំងនេះអាចជួយរកព័ត៌មានពីទី  
កន្លែងដែលអាចជួយកិច្ចការផ្សេងៗនៅក្នុងសហគមន៍ ។

៣ - ភ្នាក់ងារសង្គមកិច្ចផ្សេងៗដូចជា ភ្នាក់ងារតាំង  
ទីលំនៅ អាចជួយដោះស្រាយបញ្ហាច្រើនបួន ។  
អ្នកធ្វើការនៅក្នុងទីភ្នាក់ងារស្ម័គ្រចិត្តអាចជួយប្រាប់អំពី  
ភ្នាក់ងារណាមួយ ដែលប្រសើរសំរាប់ជួយអ្នក ។

៤ - មជ្ឈមណ្ឌលដែលចងក្រងសៀវភៅនេះ និង  
សៀវភៅ " ជីវភាពថ្មីនៅសហរដ្ឋ " អាចផ្តល់  
ព័ត៌មានពីសៀវភៅសំរាប់សិក្សាមួយចំនួន ។

មជ្ឈមណ្ឌលមានបុគ្គលិកដែលអាចនិយាយភាសាខ្មែរ ហើយ

ទូរស័ព្ទដោយឥតបង់ថ្លៃ មានលេខ :

៨០០ - ៤២៤ - ៣៧០១ ឬ ៨០០ - ៤២៤ - ៣៧៨០

សៀវភៅដែលបោះពុម្ពផ្សាយ :

១ - សៀវភៅ " ជីវភាពថ្មីនៅសហរដ្ឋ " ផ្សាយ  
ចេញពី CAL

២ - ដំណើរការនៃជីវិត - ផ្សាយចេញពីភាគព្យាបាល  
អាមេរិកាំង

៣ - រស់នៅជាមួយគ្រួសារអាមេរិកាំង ផ្សាយចេញ  
ពី ORR, 330 C St. SW, Washington, DC 20201

៤ - ការពារកុំអោយមានកូន និង រោគស្រី " ឆ្ងាយ  
ប្រមែន " ទូរស័ព្ទរក

៥ - ការប្រើប័ណ្ណដើម្បី ទូរស័ព្ទរក

៦ - ភាពតានតឹងដោយ ត្រាស់ ជី តា ផ្សាយចេញ  
ពី CAL

## Where to Get Help

1. Mutual Assistance Associations are groups of refugees who have formed organization to help each other with social and educational needs. They offer opportunities to meet other people and sometimes can give specific kinds of help such as assistance in looking for jobs, interpreting, etc.

2. Your school counselor or a teacher can help you not only with problems regarding school but in other ways as well. They can be particularly helpful in getting information about some of the resources in your community.

3. Various social service agencies, such as your resettlement agency, can help with a variety of problems. Your voluntary agency worker can help you determine which agency might be best for your needs.

4. The Language and Orientation Resource Center, the national organization that wrote this book and *Your New Life in the United States*, can offer specific in-

formation and written materials on a number of subjects. LORC has staff members that speak your language. The phone number is (800) 424-3701/3750; long distance calls to this number are free. If you are calling from Washington, D.C., the phone number is (202) 298-9292.

### Publications

1. *Your New Life in the United States*, available from LORC.

2. American Red Cross: *Facts for Life*, available from American Red Cross, 17th and D Street., NW; Washington, DC 20006. \$6.80.

3. *Living with An American Family*, available from Office of Refugee Resettlement, Department of Health and Human Services, 330C St., S.W., Washington, DC 20201.